



**University of
Zurich**^{UZH}

**Zurich Open Repository and
Archive**

University of Zurich
University Library
Strickhofstrasse 39
CH-8057 Zurich
www.zora.uzh.ch

Year: 2016

Beziehungen. Von urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit

Hagen Hodgson, Petra

Posted at the Zurich Open Repository and Archive, University of Zurich
ZORA URL: <https://doi.org/10.5167/uzh-142497>
Conference or Workshop Item
Published Version

Originally published at:

Hagen Hodgson, Petra (2016). Beziehungen. Von urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit. In: Kontaktstudientage der Hochschule Osnabrück, Osnabrück, November 2016. s.n., 22-43.

VISIT...

LANZAROTE
Caliente.COM



HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES

Ole Oßenbrink
Cord Petermann
(Hrsg.)

Landschaftsarchitektur und Gesundheit

–Freiraum und Landschaft im Kontext menschlichen Wohlbefindens–

September 2017

Die Herausgeber:

M.Eng. Ole Oßenbrink

Wissenschaftlicher Mitarbeiter an der Hochschule Osnabrück
Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur

Email: J.Ossenbrink@Hs-Osnabrueck.de

Prof. Dr. Ing. Cord Petermann

Professor für Sozioökonomie der räumlichen Entwicklung
Hochschule Osnabrück
Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur

Email: C.Petermann@Hs-Osnabrueck.de

Für weitere Informationen:

www.hs-osnabrueck.de/gruengesellschaftsgesundheit

Dieser Sammelband betrachtet das Spannungsfeld zwischen Landschaftsarchitektur und Gesundheit aus verschiedenen Perspektiven. Er entstand im Anschluss an die Kontaktstudententage der Hochschule Osnabrück im Jahr 2016. Der Veranstaltung ging eine zweijährige Forschungstätigkeit voraus, aus der die Arbeitsgruppe „Grün, Gesellschaft und Gesundheit“ resultiert. Die Arbeitsgruppe versteht sich als dynamischer Verbund der jederzeit für Impulse sowie Kooperationen offen ist.

Wie bedanken uns bei allen Beteiligten die an dem Sammelband mitgearbeitet haben.

Weitere Informationen finden Sie auf der Seite:
www.hs-osnabrueck.de/gruengesellschaftgesundheit



HOCHSCHULE OSNABRÜCK
UNIVERSITY OF APPLIED SCIENCES



Freundeskreis Hochschule Osnabrück
Gartenbau und Landschaftsarchitektur e.V.

<u>Inhalt</u>		
<i>Jürgen Milchert</i>		
<i>Ole Oßenbrink</i>		
<i>Cord Petermann</i>		
Vorwort		
7		
Kontext	<i>Dorit Haubenhofner</i>	
	Natur als Quelle von Gesundheit	13
	<i>Petra Hagen Hodgson</i>	
	Beziehungen	22
	Von urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit – einige Überlegungen aus schweizer Perspektive	
Heiner Baumgarten		
	Reflektion zur Bedeutung von Grün und Gesundheit	45
Landschaft	<i>Cord Petermann</i>	
	Landschaft und Gesundheit	61
	<i>Kathrin Bayerschen</i>	
	GesundLand Vulkaneifel – Qualifizierung und Beratung	71
	<i>Dorit Haubenhofner</i>	
	Entwicklung von Green Care in Österreich	81
Liselotte Raum		
	Green Care – Neue Wege, neue Chancen für die Grüne Branche	89
Freiraum	<i>Franziska Hohendorf</i>	
	Therapeutische Freiräume entwickeln	97
	<i>Ulrike Kreuer</i>	
	Embedded gardening	105
	<i>Ilse Copak</i>	
	Die Bedeutung von Gartenanlagen an Einrichtungen des Gesundheitswesens	113
Martina Föhn 123		
	Pflanzen in der Gartentherapie	123



*Jürgen Milchert
Ole Ofenbrink
Cord Petermann*

Vorwort

Vorwort

Der vorliegende Sammelband resultiert aus den unter gleichlautenden Titel durchgeführten Kontaktstudientagen der Hochschule Osnabrück im November 2016. Die Kontaktstudientage werden jährlich von der Ehemaligenvereinigung »Freundeskreis Hochschule Osnabrück Gartenbau und Landschaftsarchitektur e.V.« veranstaltet und jährten sich 2016 zum 45. Mal. Die Kontaktstudientage werden an der Fakultät Agrarwissenschaften und Landschaftsarchitektur durchgeführt und beinhalten Fachvorträge für die Agrarwissenschaften wie die Landschaftsarchitektur. 2016 fanden die Fachvorträge und Workshops der Sektion Landschaftsarchitektur zum Thema »Landschaftsarchitektur und Gesundheit – Freiraum und Landschaft im Kontext menschlichen Wohlbefindens« unter der Leitung von Prof. Jürgen Milchert, Prof. Cord Petermann und M.Eng. Ole Oßenbrink statt.

Um die Veranstaltung aus wissenschaftlicher Sicht so nachhaltig wie möglich zu gestalten, haben wir uns dazu entschlossen, die Beiträge der Referenten und Referentinnen im Anschluss als Sammelband online zu veröffentlichen. Wir haben uns bewusst dazu entschieden, die Veröffentlichung in „Open Acces“-Form durchzuführen, da wir die Ergebnisse der Tagung allen Interessierten möglichst offen und frei zur Verfügung stellen wollen. Mit der Veröffentlichung verfolgen wir den Gedanken des Open Acces Paradigmas. Da sich die Sichtweisen auf dieses Themengebiet in der Landschaftsarchitektur aus wissenschaftlicher Sicht erst noch etablieren muss, stellen wir die Ergebnisse allen interessierten, insbesondere Studierenden zur Verfügung.

Landschaftsarchitektur und Gesundheit – Wieso Landschaftsarchitektur im Kontext von Gesundheit ?

Es gibt in vielen Menschheitskulturen eine uneingelöste Sehnsucht, die auch noch heutzutage ihre politisch utopische Kraft entfalten kann. Gesundheit, Schönheit und Nützlichkeit sollen an einem Ort zusammentreffen, gegenwärtig würde man noch die ökologische Ausgewogenheit hinzufügen. Konkret verortet ist ein derartiger Raum für viele Menschen in Form des Gartens bzw. in kollektiver Form als Park. Viele Menschen zieht es aber auch »in die Natur« – mit ihr verbinden sie Gesundheit und Erholung.

In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts entstanden in Deutschland die ersten Stadtparks. Sie waren Ausdruck des neuen Bürgerstolzes der Stadtmagistrate, vor allem aber wurden sie in den schnell wachsenden Industriestädten aus volksgesundheitlichen Gründen errichtet. Unter dem Motto »Licht, Luft und Sonne« entstanden sie – wie es damals hieß – als sanitäres Grün. Mit Hilfe einer grüneren Stadt sollten vor allem Infektionskrankheiten wie Tuberkulose, Cholera, Ruhr und vielerlei Mangelkrankheiten bekämpft werden. Dies war eine große historische Erfolgsgeschichte des Stadtparks, an die man auch heutzutage selbstbewusst anknüpfen kann.

Ebenfalls im frühen 19. Jahrhundert entstanden die Kurbäder, in denen sich nicht nur sommertags die »bessere« Gesellschaft aus Adel und Bürgertum versammelte. Zwischen heilkräftigen Quellen, Spazierwegen und Spieltischen feierte sich die herrschende Ge-

sellschaft. Mit den neuen medizinischen Erkenntnissen entwickelten sich zugleich in den Kurbädern spezialisierte Krankenhäuser in denen mit therapeutische Rehabilitation Vorsorge betrieben wird. Hier spielen aktuell unterschiedliche Formen von Gartentherapie und Green Care eine immer größere Bedeutung.

Aufgrund eines gewandelten umfassenderen Gesundheitsbegriff kann eine Neu-Interpretation des Stadtparks als präventiver und therapeutischer Gesundheitspark ebenso bedeutsam werden, wie der Wandel von Erholungsräumen hin zu »therapeutischen Landschaften«. Beides kann zu wesentlichen Aufgabenfeldern einer neuen Landschaftsarchitektur werden. Sie reagiert damit ebenso auf neue Volkskrankheiten wie das Burnout-Syndrom als auch auf Herz- Kreislauferkrankungen, psychischen Erkrankungen, Diabeteserkrankungen und vieles andere mehr. »Grüne« Prävention ist volkswirtschaftlich gesehen die preiswerteste Art zur Gesunderhaltung der (immer älter werdenden) Gesellschaft.

In dem vorliegenden Sammelband beschäftigen sich Autoren aus unterschiedlichsten Disziplinen und Bereichen mit dem Thema. Wir haben die Zusammenstellung so gewählt, dass deutlich wird, wie vielschichtig dieses Thema ist.

Unterteilt ist der Sammelband in drei Abschnitte (»1. Kontext«, »2. Landschaft«, »3. Freiraum«). Im Abschnitt »1. Kontext« betrachten Dorit Haubenhofer, Petra Hagen Hodgson und Heiner Baumgarten das Thema aus einer übergeordneten Sichtweise.

Dorit Haubenhofer von der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien wird zu Beginn des Sammelbands auf die Zusammenhänge der »Natur« mit der Gesundheit eingehen. Sie erläutert diese anhand der drei wichtigsten Theorien, die eine mögliche Erklärung beschreiben. Die »Biophilia Hypothese« nach Wilson, die »Attention-Restoration Theory« nach Kaplan und Kaplan und die »Psychoevolutionäre Theorie« nach Ulrich.

Petra Hagen Hodgson von der ZHAW erläutert die Zusammenhänge anhand von Beziehungen. Beziehungen zwischen Mensch und Garten, ebenso wie den Beziehungen, die beim Gärtnern untereinander entstehen. Damit beleuchtet sie vor allem den Aspekt des sozialen Wohlbefindens. Sie verdeutlicht dies anhand urbaner Gartenprojekte aus der Schweiz.

Heiner Baumgarten, ehemaliger Leiter der Gartenamtsleiterkonferenz, erläutert die Wirkung von Grün im allgemeinen auf den Menschen und hebt die Rolle von Stadtparks dabei besonders hervor. Er erläutert die Wichtigkeit und das Potenzial dieser Parks am Beispiel des Wilhelmsburger Inselparks, der während der IBA Hamburg entstanden ist und Bewegung und Sport als einen zentralen Aspekt beinhaltet.

Im Abschnitt »2. Landschaft« befassen sich Cord Petermann, Kathrin Bayerschen, Dorit Haubenhofer und Liselotte Raum mit den Potenzialen der Landschaft.

Cord Petermann von der Hochschule Osnabrück betrachtet zunächst die allgemeinen Aspekte der Landschaft, die positiv auf die menschliche Gesundheit wirken können.

Kathrin Bayerschen vom Projekt »GesundLand Vulkaneifel« erläutert an diesem Projekt

das Konzept der »Therapeutischen Landschaften«. Im Anschluss beschreibt Dorit Hauenhofer das Konzept von Green Care, das alle Aspekte der Mensch - Natur Interaktionen als Sammelbegriff eint, die das Wohlbefinden und die Gesundheit erhalten oder verbessern. Sie beschreibt die Entstehung und Entwicklung dieses Konzepts und die aktuelle Situation in Österreich. Liselotte Raum von der Landwirtschaftskammer NRW stellt verschiedene Projekte und Initiativen im Kontext ländlicher Entwicklung vor, die unter dem Titel »Green Care - Neue Wege Neue Chancen für die Grüne Branche« firmieren.

Im Abschnitt »3. Freiraum« wird die Verbindung von Gesundheit zum Freiraum und der konkreten Objektplanung hergestellt, die in vielen Fällen in sogenannten Therapiegärten ihren Ausdruck findet. Franziska Hohendorf spannt in ihrem Beitrag einen Bogen von theoretischen Überlegungen zu gestalterischen Konzepten. Ulrike Kreuer stellt ihr Konzept des »Embedded Gardening« vor, bei dem es darum geht, mit Personen der Altenhilfe gemeinsam Gärten zu erarbeiten und zu bauen. Ilse Copak stellt die Entwicklung und Bedeutung von Gärten für Einrichtungen des Gesundheitswesens anhand des von ihr betreuten Garten und Parks auf dem Alexianer Campus in Münster dar. Abgerundet wird dieser Block durch einen Beitrag von Martina Föhn über die Bedeutung von Pflanzen als Medium in der Gartentherapie.

»Die Natur – egal ob sie natürlich oder kulturell geprägt ist – bietet uns Menschen viele unterschiedliche, individuell nutzbare Chancen der Entspannung, Erholung, und Entwicklung, des Lernens, Lehrens und Verwirklichung.

Aber sie drängt sich uns nicht auf. Wir selbst müssen pro-aktiv auf sie zugehen und das uns Dargebotene erkennen und verstehen lernen. Erst dann offenbart sie uns die Vielfältigkeit ihrer Möglichkeiten.«

Dorit Haubenhof

Natur als Quelle von Gesundheit

Einleitung

Das Wort »Natur« hat wie so oft seinen Ursprung im Lateinischen, bei »*natura*«, welche wiederum von »*nasci*« – »entstehen, geboren werden«, abstammt. Dem Begriff wohnen unterschiedliche Bedeutungen oder Auffassungen inne, je nachdem, aus welcher Perspektive man ihn betrachtet. Das Ganze – das Universum – kann damit ebenso gemeint sein wie ein Teil der Wirklichkeit, der allem Nicht-Natürlichen (allem Geistigen, Kulturellen, Künstlichen und Technischen) gegenübergestellt wird. Aber auch ein Gegenstand oder ein Wesen kann eine »Natur« – eine Art Eigenschaft – haben (man denke an das Sprichwort »Es liegt in der Natur der Sache«).

Die Natur hat eigene Fachbereiche der Wissenschaften, welche sich mit ihr befassen – die »Naturwissenschaften«. Hierunter werden sämtliche Wissenschaften zusammengefasst, die empirisch arbeiten und sich mit der Erforschung der belebten (biotischen) und unbelebten (abiotischen) Materie auseinandersetzen. Ist Natur also das? Die gesamte belebte und unbelebte Materie unseres Universums?

Aus wissenschaftlicher Sicht schon. Umgangssprachlich wird »Natur« oftmals mit anderen Begriffen gleichgesetzt, etwa Umwelt, Ökosystemen, Landschaften oder Habitaten. Es ist also alles andere als leicht, herauszufinden, was »Natur« eigentlich ist – wie so oft liegt die »Wahrheit« hier im Auge des Betrachters.

Hilarion Petzold hat in einem aktuellen Werk¹ eine interessante Definition von Natur formuliert, in welcher er den Menschen in den Naturbegriff inkludiert. Ich finde dies einen sehr schönen und zeitgemäßen Ansatz, da es heutzutage mit unserer modernen Auffassung der Rolle von uns Menschen eigentlich nicht mehr üblich sein sollte, zwischen »menschlicher Kultur« und »Natur« zu unterscheiden:

*»**Natur** ist vielfältige Verbundenheit, die sich in 'Konvivialitätsräumen' – Biotopen, Ökoto-
topen, Nischen, Habitaten, Lebensräumen zeigt, welche alle durch spezifische Formen
und Qualitäten des Zusammenlebens gekennzeichnet sind, die es zu verstehen gilt, will
man sich in diesen Räumen als 'Gast' und nicht als 'Eindringling' bewegen.«²*

Der Mensch gebärdet sich viel zu oft als Eindringling, der die Natur und ihre Ressourcen nutzt und vor allem auch über-nutzt. Die vergangenen Jahrhunderte haben dazu geführt, dass wir Menschen uns nicht mehr als Teil der Natur sehen, sondern diese grenzen- und rücksichtslos ausbeuten.

Die »Natur« des Menschen scheint es also zu sein, rücksichtslos gegenüber der belebten und unbelebten Materie zu sein, möglichst viel davon an sich zu raffen, zu nutzen, dabei Ressourcen zu verschwenden, Tiere zu missbrauchen und die Rechte anderer Menschen zu verletzen.

Dass dies schwerwiegende Folgen hat und zu vielfältigen Problemen führt ist naheliegend – Begriffe wie Ressourcenverschwendung, Klimawandel, Müllberge, Wegwerfgesellschaft, Verletzung der Menschenrechte, Krieg, Artensterben, (nicht)artgerechte Tierhaltung, etc. prägen unser alltägliches Leben. »Echte, unberührte Natur« findet man

¹ PETZOLD, 2016

² PETZOLD, H. 2016, S. noch nicht bekannt, da das Werk noch nicht publiziert ist

Natur als Quelle von Gesundheit

heute kaum mehr auf unserem Planeten – und sobald man sie gefunden hat, ist sie auch nicht mehr unberührt.

Mahnende Stimmen werden immer lauter, die ein Bild des heutigen Menschen kennzeichnen, der sich immer mehr von der Natur entfremdet hat, so hochgradig technologisiert ist, dass er ohne Handy und Internet nicht mehr lebensfähig ist, sich nicht mehr selbst versorgen kann, körperlich und seelisch leer und krank ist. Kinder, die an Übergewicht und Diabetes leiden, kein Körpergefühl mehr haben und denken, dass Kühe lila sind und Hühner drei Beine haben.

Diese mahnenden Stimmen empfehlen, sich wieder darauf zu besinnen, dass der Mensch die Verbindung zur Natur braucht und daraus viel Gutes für sich gewinnen kann.

Diese mahnenden Stimmen sind aktueller denn je, aber eigentlich nicht neu. Schon in der Antike wurden der Kontakt zur Natur und ihre wohltuenden Wirkungsweisen auf die menschliche Gesundheit umschrieben. Die Stimmen sind seit dieser Zeit nicht verstummt und seit es in der zweiten Hälfte des 20. Jahrhunderts probat wurde, Meinungen mit wissenschaftlich fundierten Hypothesen zu untermauern, haben sie klanghafte Namen erhalten. Einigen dieser Hypothesen wollen wir uns nun zuwenden:

Warum wirkt die Natur?

Es gibt eine Vielzahl wissenschaftlicher Theorien, die aus naturwissenschaftlicher persönlich-entwicklungspsychologischer oder soziologischer Perspektive beleuchten, warum die Natur gut und wichtig für uns Menschen ist. Drei der bekanntesten sind:

- Die Biophilia Hypothese nach Wilson
- Die Attention-Restoration Theory nach Kaplan und Kaplan
- Die Psychoevolutionäre Theorie nach Ulrich

Ad 1.

Edward O. Wilson war nicht der erste, der sich mit der Thematik der Biophilie auseinandersetzte, aber er hat sie im anglikanischen Raum in den 1980ern bekannt gemacht. Sie beschäftigt sich mit einem evolutiven Ansatz der Mensch-Natur-Bindung. Die Biophilie ist demnach eine angeborene Anziehungskraft zu anderen Lebewesen (Menschen, Tiere, Pflanzen, etc.). Es handelt sich dabei nicht um einen Instinkt, sondern um komplexe Verhaltensregeln, die der Mensch über Jahrmillionen erlernt und genetisch gespeichert hat.³ Die Biophilie ist nicht – wie man nach der wörtlichen Übersetzung glauben möchte – gemeint als die »Liebe zum Leben«, sondern als ein angeborenes »Interesse an der Umgebung«, um dadurch aktuelle Informationen gewinnen zu können, die für das eigene Überleben wichtig sind. Danach rufen Naturkontakte nicht nur anziehende, sondern auch abwehrende, beängstigende Emotionen hervor. Zusammengefasst ist jeder Naturkontakt für den Menschen ein Gewinn. Dazu zwei Beispiele: Befindet sich ein Mensch in der Wüste und nimmt er über seine Sinnesorgane Empfindungen wie Hitze, Trockenheit und direkte Sonneneinstrahlung wahr, wird er das Bedürfnis verspüren, Schatten, Trinkwasser und Kühle zu finden. Befindet sich derselbe Mensch im Regenwald, werden diese Be-

3 HAUBENHOFER et al., 2013

Dorit Haubenhofer

dürfnisse durch solche nach Schutz vor Raubtieren, einem Weg/einer Straße oder einem erhöhten Aussichtspunkt abgelöst. Wenn wiederum derselbe Mensch gemütlich zuhause sitzt, im Wohnzimmer auf dem Sofa vor dem prasselnden Kamin, mit seinem schlafenden und entspannten Hund neben sich, wird er sich vielleicht auch behaglich zurücklehnen und die Augen schließen. Springt der Hund aber plötzlich auf und rennt wild bellend zur Türe, wird auch der Mensch augenblicklich aufstehen und nach dem Rechten sehen. Auf diese Weise haben jegliche Parameter, die uns umgeben, direkten Einfluss auf unser Verhalten. Da dies schon der Fall war, als der Mensch vor Jahr-millionsen zum Mensch wurde, kann man davon ausgehen, dass sich diese Verhaltensmuster evolutiv etabliert haben und genetisch bedingt sind.

Ad 2.

Das Ehepaar Kaplan umschrieb ebenfalls in den 1980ern die so genannte Attention Restoration Theory, welche die Erholbarkeit der Natur auf psychologische Weise zu erklären sucht. Grundsätzlich werden hier zwei Arten von Aufmerksamkeit unterschieden, die dem Menschen zur Verfügung stehen: die willkürliche, gerichtete Aufmerksamkeit und die mühelose, ungerichtete Aufmerksamkeit.

Die gerichtete Aufmerksamkeit verleiht dem Menschen die Fähigkeit, sich auf etwas zu fokussieren und andere Stimuli auszublenden. Die Fähigkeit verbraucht jedoch viel Energie und führt zu mentaler Ermüdung. Die Natur eignet sich nun dazu, diese Ressource wieder zu regenerieren, indem sie das Interesse von Menschen weckt und so die mühelose Aufmerksamkeit entstehen lässt. Da diese keine Ressourcen kostet, kann sich in dieser Zeit die gerichtete Aufmerksamkeit erholen. Kurz gesagt: »Natur ist erholsam.« Folgende Faktoren sind dafür verantwortlich:

Faszination: Die milde Faszination lässt Raum für Freude und ruft die mühelose Aufmerksamkeit hervor. In dieser Zeit kann sich die willkürliche Aufmerksamkeit regenerieren und es kommt zur Erholung.

Weg-sein: Damit ist eine gewisse Distanz zum Alltag gemeint, die sowohl zeitlich oder räumlich erfolgen kann. Die tatsächliche Entfernung spielt dabei nicht die Rolle. Es handelt sich dabei um mentale Entfernung von alltäglicher Routine.

Weite/Ausdehnung: Mit der ‚Weite‘ ist die Strukturiertheit der Umwelt, die verschiedenste Sinne anspricht, gemeint. Es handelt sich bei diesem Faktor, nicht wie das Wort vermuten lassen würde, um eine räumliche Größe, sondern um ein reichhaltiges Angebot an Eindrücken, die in Summe erholsam wirken.

Kompatibilität/Vereinbarkeit: Die Mensch-Umwelt-Kompatibilität ist dann gegeben, wenn die vorherrschenden Gegebenheiten der Umwelt mit den Bedürfnissen des Menschen übereinstimmen. Ein Beispiel dazu ist Sonnenschein bei einem Spaziergang.⁴

Ad 3.

Auch die Psychoevolutionäre Theorie von Ulrich hat ihren Ursprung in den 1980er Jahren und beschäftigt sich mit der Naturerholungsforschung, mit besonderem Augenmerk auf die Stress reduzierende Wirkung der Natur. Im Fokus stehen die emotionalen, physiologi-

Natur als Quelle von Gesundheit

schen, kognitiven und verhaltensbezogenen Reaktionen der visuellen Wahrnehmung von Natur. Ulrich postulierte, dass beim Anblick natürlicher Umgebungen stressinduzierende Gefühle und Gedanken durch positive ersetzt werden.⁵

Nachdem wir uns nun exemplarisch mit der Frage befasst haben, warum Natur auf uns Menschen wirken kann, soll nun im Folgenden der Frage nachgegangen werden, auf welche Lebens- und Entwicklungsbereiche des Menschen Natur positiv wirken kann.

Worauf kann Natur wirken?

Hier kann einerseits zwischen Lebensbereichen des Menschen, sowie seinen Entwicklungsbereichen unterschieden werden. Erstere umfassen Themenkomplexe wie etwa »Erholung« (von Stress und Aufmerksamkeitsermüdung, aber auch körperlicher Erschöpfung), »Bewegung« (sprich körperlicher Aktivität), »soziale Kontakte/soziales Umfeld« und »Lernen«.

Die Entwicklungsbereiche beziehen sich auf bestimmte Lebensabschnitte (Kindheit/Jugend, Erwachsenenzeit, Alter) und die Entwicklungsschritte, welche in diesen Phasen gemacht werden.⁶

Diese beiden Bereiche – sowohl die Lebens- als auch die Entwicklungsschritte – spielen in ihrer jeweiligen Zusammensetzung und ihrem Zusammenspiel eine entscheidende Rolle und nehmen essentiellen Einfluss auf unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden. Und sie können wiederum durch Naturkontakte positiv (oder natürlich auch negativ) beeinflusst werden.

All diese eben angerissenen Themenbereiche stellen für sich allein genommen hoch komplexe Fachrichtungen dar, in welchen aus unterschiedlichen wissenschaftlichen Blickwinkeln (medizinische, soziale, (entwicklungs-)psychologische, biologische oder pädagogische) Studien durchgeführt werden. Oftmals steht hier die Frage im Mittelpunkt, inwiefern ein bestimmtes (natürliches) Setting, in welchem bestimmte Aktivitäten durchgeführt werden, auf eine selektierte Personengruppe wirkt. An diesem Punkt werden die Forschungsfelder sehr divers und fachspezifisch und gibt es abhängig von der Thematik bereits ein breites Spektrum an Forschungsergebnissen.

Wie kann Natur wirken?

Beispielhaft soll im Abschluss dieses Beitrages auf zwei solcher Studien bzw. Forschungsfelder Bezug genommen werden, welche unterschiedliche Wirkungsformen der Natur auf die menschliche Gesundheit behandeln.

Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten

Hierbei handelt sich um eine Literaturstudie an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien, welche von Herbst 2015 bis Frühling 2016 durch das Projektteam Renate Cervinka, Dorit Haubenhofer Markus Schwab, Hubert Schlieber, Birgit Steinin-

5 HAUBENHOFER et al., 2013

6 ebd.

Dorit Haubenhof

ger und Roswitha Wolf und unter der Projektleitung von Dorit Haubenhof durchgeführt wurde.⁷ Mittels Schlüsselwortsuche in den derzeit gängigen Suchmaschinen wurde eine Recherche nationaler und internationaler deutsch- und englischsprachiger Literatur (unter Ausschluss der sogenannten »grauen Literatur«) durchgeführt, welche seit den frühen 1980ern bis Dezember 2015 publiziert wurde. Thematischer Inhalt waren Wirkungsweisen vier unterschiedlicher Gartentypen: (a) private Gärten und Schrebergärten, (b) Gemeinschaftsgärten, (c) Schulgärten und (d) heilsame Gärten (medizinischer und pflegender Einrichtungen). Alle Detailergebnisse sind in dem im Literaturverzeichnis angeführten Report dargestellt. Zusammenfassend kann festgestellt werden, dass alle untersuchten Gartentypen Auswirkungen auf die psychische, physische und soziale Gesundheit des Menschen nehmen können. Wie diese Auswirkungen genau gerichtet sind, ist von mehreren Wirkfaktoren abhängig, welche auch untereinander im Wechsel stehen und sich gegenseitig beeinflussen. Zu diesen Wirkfaktoren zählen die individuellen und zeitlich bedingten Charakteristika des Gartens sowie jene der, auf welche der Garten gerade Einfluss nimmt. Ebenso die aktuellen Wünsche und Beweggründe der Person, den Garten aufzusuchen sowie jegliche Einflüsse von außen (sprich, außerhalb des Gartens, wie etwa Lärm, die Nachbarschaft, das Wetter, etc.).

Somit ist kein Gartenaufenthalt wie der andere, weder zeitlich noch räumlich betrachtet und kann ein und derselbe Gartenaufenthalt durch unterschiedliche Personen, welche sich gleichzeitig im Garten aufhalten, vollkommen unterschiedlich wahrgenommen werden.

Gesundheitsfördernde Wirkung sozialer Landwirtschaft

Auch ein landwirtschaftlicher Betrieb ist ein Ort mit einem hohen Komplexitäts- und Individualitätsgrad. Jeder Betrieb ist einzigartig und auch zeitlich gibt es große Unterschiede, egal ob man an die Saison- oder nur Wochentage denken mag. Dieser Ort lebt durch seine Geographie, seine Region, seine Menschen, seine sozialen Netzwerke, seine Pflanzen, Tiere, Maschinen, Aktivitäten, aber ebenso die Jahreszeit, das Klima, das aktuelle Wetter und vieles mehr.

So einzigartig und divers dieser Ort ist, so einzigartig und divers sind auch seine Wirkfaktoren. Sie lassen sich in vier Bereiche gliedern: (a) den Ort/das Setting, (b) den zeitlichen Rahmen, (c) die Inhalte/Aktivitäten/Handlungsabläufe und (d) die dortigen Menschen und ihr Zusammenspiel untereinander.

Demgemäß kann es nicht verwundern, dass auch die Bereiche, auf die soziale Landwirtschaft wirken kann, vielfältig sind. So sind Auswirkungen auf (a) die körperliche Gesundheit, (b), die psychische Gesundheit, (c) die (psycho)soziale Entwicklung und (d) die persönliche Entwicklung/ den Wissenserwerb im Einzelnen oder im Wechselspiel möglich.

Konkret soll hier auf eine niederländische Studie aus dem Jahr 2009 hingewiesen werden.⁸ Hier wurden Auswirkungen unterschiedlicher Programme zu Bauernhofpädagogik auf die teilnehmenden SchülerInnen evaluiert. Detaillierte Ergebnisse können in der genannten Literatur nachgelesen werden. Zusammenfassend kam man am Ende dieser

⁷ HAUBENHOFER et al., 2016

⁸ HAUBENHOFER et al., 2010; HAUBENHOFER 2012

Natur als Quelle von Gesundheit

Studie zu dem Schluss, dass Aufenthalte vielfältige kurz-oder langzeitliche Wirkungen auf die Kinder haben können, je nachdem, wie sie strukturiert und in die schulischen und außerschulischen Handlungsfelder der SchülerInnen eingebettet sind: Kurze, einmalige Besuche dienen hauptsächlich der Wissensvermittlung zur Nahrungsmittelherstellung und –verarbeitung. Längere Programme, welche wiederholt stattfinden und bei denen den Kindern auch die Möglichkeit geboten wird, selbst landwirtschaftlich aktiv zu werden, können zudem die Entwicklung von Fähigkeiten, Kompetenzen, Haltungen und Verhaltensmustern anregen.

Schlussgedanken

Die Natur – egal ob sie natürlich oder kulturell geprägt ist – bietet uns Menschen viele unterschiedliche, individuell nutzbare Chancen der Entspannung, Erholung, und Entwicklung, des Lernens, Lehrens und Verwirklichung.

Aber sie drängt sich uns nicht auf. Wir selbst müssen pro-aktiv auf sie zugehen und das uns Dargebotene erkennen und verstehen lernen. Erst dann offenbart sie uns die Vielfältigkeit ihrer Möglichkeiten.

Literaturverzeichnis

HAUBENHOFER, DORIT (2012): Ziele und Erfolge von Bauernhofpädagogik – Ergebnisse einer vergleichenden Studie aus den Niederlanden. In Dokumentationsband der 19. Witzenhäuser Konferenz ‚wertvoll! Die Landwirtschaft – ein Ort für Bildung und Soziale Arbeit‘. Kassel: Kassel University Press.

HAUBENHOFER, DORIT, ENZENHOFER, KARIN, KELBER, SOLVEIG, PFLÜGL, SUSANNE, & PLITZKA, ELISABETH (2013): Gartentherapie. Praxis, Wissenschaft, Theorie. ETZ-Projekt Gartentherapie: Österreich. http://www.greencare.at/wp-content/uploads/2015/10/gartentherapie_theorie-wissenschaft-praxis.pdf.

HAUBENHOFER, DORIT, CERVINKA RENATE, SCHWAB MARKUS, SCHLIEBER, HUBERT, STEININGER, BIRGIT, WOLF, ROSWITHA (2016): Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten. Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Eigene Rechtspersönlichkeit. <http://www.greencare.at/wp-content/uploads/2016/05/Publikation-Gesundheitsf%C3%B6rdernde-Wirkung-G%C3%A4rten.pdf>.

HAUBENHOFER, DORIT, HASSINK, JAN, VD MEER IMKE, VD KAMP NICOLETTE, SCHREURS EVELYNE, SCHULER YVON (2010). Results of a Dutch effect study on different farm education programs. 1. Conference of «Learning on the Farm» 2010, BAGLOB eV Wissenschaftsinitiative Vechta, pp. 19-28.

PETZOLD, HILARION (2016): Die »Neuen Naturtherapien«, engagiertes »Green Care«, waldtherapeutische Praxis. In: Altner, Niels (Hg.): Achtsamkeit in der Natur. Essen, kvc-Verlag, Beginn Kapitel 4.

»Gemeinsam Entscheidungen für den gemeinsamen Garten fällen und tragen, zusammen eine Vorstellung für den Garten entwickeln, Dinge ändern, wenn sie sich als nicht praktikabel erweisen, erfordern einen hohen Grad an Partizipation und Gesprächsbereitschaft. Im Gegenzug bietet die gemeinsame Unternehmung am und im Garten und das Aushandeln von Meinungsunterschieden Geselligkeit, Freundschaft und gemeinsam erlebte Freude am Geschaffenen. Für die emotionale Identifikation mit dem Grünraum, für die Stärkung der sozialen Prozesse, für die Bereitschaft, sich für den Garten zu engagieren und damit nebenbei auch etwas für gute Gesundheit zu tun, ist die Ästhetik zentral.«

Petra Hagen Hodgson

Beziehungen

Von urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit –
einige Überlegungen aus schweizer Perspektive



Abb. 1: Ambrogio Lorenzetti: Freskenzyklus (1337-1339), Saal des Friedens Palazzo Pubblico, Siena
Enge funktionale, räumliche und soziale Beziehungen und Verflechtungen zwischen Stadt und Land

Mein Auftrag für diese Tagung war, über Schweizer Ansätze urbaner Landwirtschaft und über urbanes Gärtnern im Hinblick auf Zusammenhänge zur Gesundheit zu berichten. Zweifellos ist dies ein vielschichtiges und vielfältiges Thema. Ich habe mich deshalb entschlossen, mich dieser Aufgabe unter dem Blickwinkel von Beziehungen zu nähern – vorderhand funktional-räumlichen wie sozial-räumlichen und letztlich der Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen, weil sie in meinen Augen zu einem fruchtbaren Ansatz in den heutigen Fragestellungen der Landschaftsarchitektur und Stadtentwicklung gehören.

Mit der Definition von Gesundheit als einen »Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlergehens und nicht nur das Fehlen von Krankheit oder Gebrechen«¹ und dem Besitz des bestmöglichen Gesundheitszustandes als eines der Grundrechte der Menschen wird in der modernen Betrachtung von Gesundheit diese als Zusammenwirken von psychischen, sozialen und körperlichen Aspekten gesehen. Dieses sehr umfassende, aber statische Konzept von Gesundheit ist später bekanntlich mit Antonovskys Modell der Salutogenese erweitert worden, das den Prozesscharakter von Gesundheit beschreibt und die sinnhafte Verbindung des Menschen mit seiner Umwelt im Blick hat sowie eine Orientierung an positiven Ressourcen sucht, wobei die Natur und ihr nachgewiesener positiver Einfluss auf uns Menschen als eine der möglichen externen Ressourcen zählt, die zu Gesundheit und Wohlbefinden beitragen. Mit dem Blickwinkel auf Beziehungen interessiert in diesem Beitrag vor allem der psycho-soziale Aspekt wonach seelische Gesundheit wesentlich davon abhängt, wie sehr wir Menschen mit anderen Menschen verbunden sind.² Insofern ist der Aspekt der Gesundheit in meinen Überlegungen übergeordnet und schwingt in allen meinen Ausführungen auf mehreren Ebenen implizit mit.

1 Verfassung der Weltgesundheitsorganisation. Unterzeichnet in New York am 22. Juli 1946; Ratifikationsurkunde von der Schweiz hinterlegt am 29. März 1947; Von der Bundesversammlung genehmigt am 19. Dezember 1947; Für die Schweiz in Kraft getreten am 7. April 1948

2 Alfred Adler hat bereits in den 1920er und 1930er Jahren das Konzept des »Gemeinschaftsgefühls« in der Individualpsychologie verankert und damit lange vor John Bowlby, Harry Stack Sullivan und Abraham Maslow die Bedeutung der lebenslangen zwischenmenschlichen Bedürftigkeit des Einzelnen dargelegt. Adlers Konzept des Gemeinschaftsgefühls ist in den modernen Begriffen soziale Kompetenz und emotionale Intelligenz enthalten.

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit

Beginnen möchte ich meine Betrachtungen mit einem bedeutenden Bild aus unserer europäischen Kulturgeschichte, weil es den Sachverhalt in seiner Komplexität anschaulich und für unsere Welt heute nicht minder bedeutungsvoll umreißt und versinnbildlicht. Im Saal des Friedens im Palazzo Publico von Siena ist der Freskenzyklus zur Allegorie einer schlechten und guten Regierung zu sehen, den Ambrogio Lorenzetti zwischen 1337 und 1339 malte, als Siena eine selbstbewusste, unabhängige Stadt mit einer Verfassung, mit diversen Institutionen, Machtteilung und Ämterrotation war (Abb. 1). Der Teil, der das irdische Paradies³ bzw. die Auswirkungen der guten Regierung darstellt, zeigt nicht nur einen König und eine Regierung, die dem Gemeinwohl, der Mässigung, Gerechtigkeit und Freigebigkeit verpflichtet ist, sondern stellt anschaulich auch die jahrhundertealten, engen Beziehungen zwischen der Stadt und dem Land dar. In der Stadt florieren die Geschäfte, das Handwerk, die Geselligkeit und die Künste. Die wehrhafte Stadtmauer trennt die hochverdichtete Stadt zwar klar vom fruchtbaren, gut bestellten Land. Doch durch das Stadttor zieht sich ein reger Verkehr zwischen der Stadt und dem Land. Diese Durchlässigkeit und direkte räumliche, soziale und funktionale Beziehung wird durch das lange Band der Menschen, das sich im Bildvordergrund durch die Stadt, das Nadelöhr des wehrhaften Stadttors und über das Land zieht, unterstrichen. Neben diesen nahen, engen Beziehungen und Verflechtungen zwischen Stadt und Land zeigt das Fresko aber noch etwas, das uns heute auch beschäftigen sollte. Es thematisiert den menschlichen Massstab, die lebenspraktische Kleinteiligkeit der Dinge – verkörpert in den kleinteiligen Parzellierungen der Felder und ihrer Bewirtschaftung einerseits wie in den Grundstücken mit ihren Bauten andererseits sowie eben in den Menschen aus Stadt und Land, die miteinander mit sinnstiftenden Tätigkeiten im direktem Austausch stehen.

Aus solchen Bildern schöpfen wir unsere Vorstellung der kompakten europäischen Stadt. Im Sieneser Fresko nicht abgebildet ist die »Ländlichkeit der alten Stadt«.⁴ Tatsächlich waren die funktionalen Stadt-Land-Beziehungen nie ganz eindeutig - entgegen der eben beschriebenen Vorstellung der alten europäischen Stadt, die vom Dorf mit Nahrungsmitteln beliefert wird, während das Dorf von der Stadt »mit allem darüber hinaus Benötigtem versorgt wird.«⁵ Gerade die neuere Forschung zu »Ackerbürgerstädten« hat gezeigt, dass es »Ackerbürger (...) in allen mittelalterlichen und neuzeitlichen Städten gegeben« hat, wenngleich natürlich »das Gewicht, das der Landwirtschaft jeweils zugekommen ist, von Stadt zu Stadt ganz unterschiedlich«⁶ war. Die Ländlichkeit der alten Stadt lässt sich auf zahllosen Stadtplänen - auch dem Sieneser⁷ oder dem Zürcher - anschaulich betrachten und in Gerichtsurkunden oder nachbarschaftlichen Verträgen nachlesen. So findet

3 Seit dem Anfang des 19. Jahrhunderts ist der Freskenzyklus als »Allegorie der guten Regierung und ihre Auswirkungen auf Stadt und Land« bzw. die »Allegorie der schlechten Regierung und ihre Auswirkungen auf Stadt und Land« bekannt. Die Dissertation von Doris Schmidt legt dar, dass die drei Wandbilder einen Teil des Läuterungsweges aus Dantes »Commedia« verarbeitet, der den Menschen über das Inferno und Purgatorium zur irdischen Glückseligkeit führt.. SCHMIDT, 2003

4 KAMLEITHNER 2006, S. 47

5 ebd. S.46

6 JÄSCHKE 2002 S. 21

7 vgl. STARN: Ambrogio Lorenzetti. Palazzo Pubblico a Siena. Hier findet sich als Auftakt des Buches ein Stich von Siena um 1599.

Petra Hagen Hodgson

sich auf dem Stadtplan von Kempen von 1826 bezeichnenderweise der Strassennamen »Auf dem Acker«⁸ und auf dem Holzschnitt vom Münsterhof in Zürich (Abb. 2 und 3) nach dem Stadtprospekt von Murer von 1576 sind nicht nur kleine Gärten, sondern neben allerlei Handwerk auch Schweine, Kühe und Pferde zu sehen. Selbst die »genuin stadtbürgerliche Organisationsform »Zunft« gab es auch für Bauern, und zwar in und bei Städten.«⁹ In Basel zog der Stadtarzt, Rektor der Universität Basel und leidenschaftliche Botaniker Felix Platter Ende des 16. Jahrhunderts beispielsweise in seinen Gärten nicht nur exotische Pflanzen wie Feigen, Zitronen und Orangen in verschiedenen mobilen Treibhäusern, sondern unterhielt auch einen ertragreichen Verkauf von Limonen- und Pomeranzenbäumen.¹⁰ Naturwissenschaftliches Interesse, Nutzen und Ästhetik, Zierde, Verzehr und Genuss sowie Handel wusste er in den barocken Anlagen zu kombinieren. Das alles klingt hochaktuell, wenn man an die zeitgenössische Forderung nach einer urbanen Landwirtschaft denkt.

Umgekehrt wiesen ländliche Siedlungen durchaus auch städtische Eigenschaften auf. Im reichen Dorf Wädenswil mit zahlreichen handwerklichen Betrieben, Richt- und Gesellenhaus etwa fanden um 1770 bereits die Hälfte aller Wädenswiler nicht mehr von der Landwirtschaft ihr Einkommen, sondern von textiler Heimarbeit und dem Verlagswesen. Auf dem schönen Wädenswiler Dorfprospekt von 1769 ist die Ländlichkeit des Ortes mit stattlichen Bauerngärten zur Selbstversorgung und zur Zierde sowie den ausgedehnten, umgebenden Steuobstwiesen noch klar zu erkennen, bis die Textil-, Seifen- und Metallindustrie das Dorf rasant anschwellen und die Gärten – nach weiteren Wachstumsschüben in bekannten agglomerationsbildenden Mustern der Zersiedelung – heute mehrheitlich verschwinden liess.

Die enormen Umwälzungen, die mit der Industrialisierung einhergingen, haben bekanntlich alle unsere Lebensbereiche bis heute zutiefst durchdrungen – vorab durch die Trennung von Wohnen und Arbeiten, durch den Takt der Maschine, der praktisch alle bis dahin handwerklichen Methoden der Herstellung verändert oder vielfach ersetzt und den modernen, ökonomischen Wachstums- und Effizienzgedanken eingeläutet hat sowie die weiterhin vorherrschende Vorstellung, dass alles technisch lösbar sei. Mit dem rasanten, bisher noch zu wenig auf seine Sinnhaftigkeit hinterfragten technologischen Wandel im Zuge der Digitalisierung stehen wir heute vor ganz neuen Herausforderungen und befinden uns »in einer Zeit schwindender gesellschaftlicher Kohäsion und politischer Legitimation«¹¹, die andere Schwerpunkte zu setzen hätte.

Selbstverständlich blieb auch die Nahrungsmittelherstellung von der Industrialisierung nicht ausgespart, wurde doch die Landwirtschaft von der vorwiegenden Subsistenzwirtschaft hin zur hochtechnisierten, digitalisierten Massenproduktion landwirtschaft-

8 JÄSCHKE 2002 S. 164

9 JÄSCHKE 1997, S. 6

10 HAUSER 1976

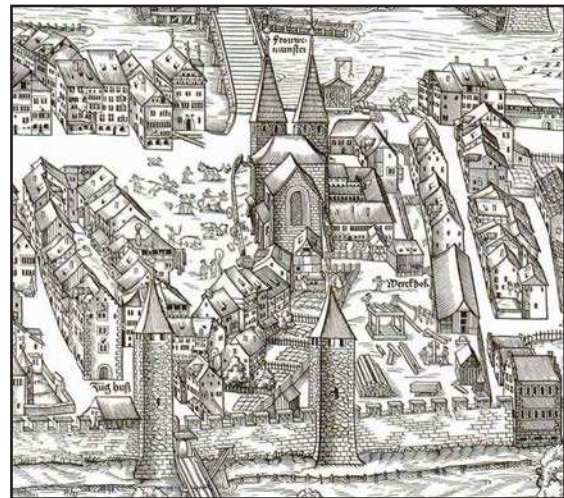
11 SCHWAB: Folgen der vierten industriellen Revolution. Gastkommentar. In: NZZ 14.1.2017; seine Rezepte für die Zukunft sind freilich letztendlich dem neoliberalen Denken geschuldet. Zur Formulierung eines neuen Ansatzes wegweisend wären hier u.a. die Forschungen von Elinor Ostrom oder Silke Helfrich.

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit



(Oben) Abb.: 2
zürcher Stadtprospekt von Murer von 1576

(Rechts) Abb.:3
Ausschnitt »Münsterhof« Zürich aus Stadtprospekt von Murer



licher Produkte im Zeichen der »grünen Revolution«¹² mit effizienten Märkten¹³, einschliesslich globaler Spekulation auf Nahrungsmittel weiterentwickelt.¹⁴ An die Stelle althergebrachter kollektiver Arbeits- und Lebensformen »rückte eine versachlichte Arbeitgeber-Arbeitnehmer-Beziehung«¹⁵ mit der Folge einer Verarmung »altgewohnte(r) mitmenschliche(r) Kontakte«¹⁶. Auch die moderne Konsumenten-Produzenten-Beziehung ist viel unpersönlicher geworden – in diesem Zusammenhang versinnbildlicht in permanenter Verfügbarkeit von Lebensmitteln im Supermarkt, in den industriell

12 ab Mitte des 20. Jahrhunderts mit massivem Einsatz von Chemie, Verdrängung alter Pflanzensorten und Bodendegradierung

13 EXNER 2001 S. 271

14 EVAN D.G. FRASER und ANDREW RIMAS zeigen in ihrem Buch: Empires of Food. Feast, Famine and the Rise and Fall of Civilizations, dass es gerade die Spekulation mit Lebensmitteln war und ist, die seit Jahrhunderten immer wieder zu Zusammenbrüchen von Imperien und Kaiserreichen geführt hat.

15 EXNER 2001 S. 252

16 ebd. S. 253



Abb. 4: Typische Agglomerationssituation heute unter Druck, im Zuge der Verdichtung überbaut zu werden.



Abb. 5: Kleinräumigkeit Zürich – Susenberg: Landwirtschaft trifft auf Stadt



Abb. 6: Pferdegewandigkeit vom Traktor ersetzt. Bis weit in die 1950er Jahre wurden Kartoffeln vom Bauern direkt nach Zürich in die Wohnhäuser geliefert. Die Keller auch von Wohnsiedlungen waren zur Lagerung von Nahrungsmitteln ausgestattet. Heute liesse sich dort wieder anknüpfen.

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit

bewirtschafteten, global gehandelten und verwerteten Monokulturen, mit allen hinlänglich bekannten Folgen für Mensch und Umwelt¹⁷ - aus gesundheitlicher Perspektive eine Entwicklung, die nicht nur medizinisch-physisch, sondern auch psychisch als Weg in eine zwischenmenschliche Verarmung interpretiert werden kann.

Zwar sind in der kleinräumigen Schweiz die Netze zwischen der Produktion von Nahrungsmitteln und ihrem Verbrauch bis heute enger, überschaubarer und direkter geblieben als in anderen Ländern. So finden sich in der Gemeinde Wädenswil, auch wenn das Dorf 1974 zur dritten Stadt am Zürichsee aufgestiegen ist, heute noch 72 Bauernbetriebe, wovon 51 hauptbetrieblich arbeiten.¹⁸ (Abb. 4-5) Doch auch hier wäre es für eine lebensdienlichere, gesündere Lebens-, Wirtschafts- und Ernährungsweise sehr von Vorteil, wenn es zu neuen, wieder direkteren, engeren Beziehungen zwischen den beteiligten Menschen kommt, zu wieder engeren Verflechtungen zwischen Land und Stadt. (Abb. 6) Bezeichnenderweise drehten sich zahlreiche Volksinitiativen der letzten Jahre in der Schweiz um Ernährungssicherheit bzw. Ernährungssouveränität und um die gesundheitliche Qualität der Nahrungsmittel sowie um eine artgerechte Tierhaltung, sie belegen, dass für viele Menschen diese Thematik zunehmende Bedeutung gewinnt. Sie, liebe Zuhörende, fragen sich vielleicht, ob urbane Landwirtschaft hier auch etwas Wesentliches beitragen könnte?

Von den vielen Definitionen zu urbaner Landwirtschaft scheinen für die Schweizer Situation jene Definitionen praktikabel, welche die Vielfältigkeit des Phänomens, des lokalen Kontextes und der unterschiedlichen Dimensionen der Betrachtungsweisen klar mit einbeziehen, welche die räumliche In-Beziehung-Setzung zwischen städtischem Raum und lokaler Landwirtschaft formulieren und urbane Landwirtschaft als reziproken funktionell-interaktiven Prozess¹⁹ mit sozialem und ökologischem Nutzen für beide Seiten verstehen.²⁰ Auf eine klare Unterscheidung zu urbanem Gärtnern verweisen diese Definitionen in der Regel nicht bzw. subsummieren das urbane Gärtnern im Begriff der urbanen Landwirtschaft. Für diesen Zusammenhang soll genügen, dass der Unterschied vor allem im Grad der Selbstnutzung/Selbstversorgung bzw. der Produktion für einen Markt begründet liegt. Fliessende »Übergänge« ergeben sich zwangsläufig gerade auch in der Schweiz, weil

17 Rund ein Drittel aller Klimagasemissionen gehen auf Kosten der Lebensmittelherstellung. Umweltbelastungen im privaten Bereich in der Schweiz vgl. JUNGBLUTH, et. al. 2012

18 Kanton Zürich Statistisches Amt, Gemeindeporträt Wädenswil, Auswertung 27.6.2016

19 vgl. NIWA, 2013. NIWA erläutert in ihrem Artikel, dass die räumlichen Verflechtungen allein nicht genügen, »um die herkömmliche Landwirtschaft gewissermassen in eine urbane zu verwandeln. Dazu braucht es weitgehende funktionale Beziehungen – sei es, indem die Landwirtschaft die Stadt mit Nahrungsmitteln oder Energie beliefert, oder dass sie zur Verbesserung der Ökosysteme beiträgt (...) Im Gegenzug produziert die Stadt Abfälle, welche die Landwirtschaft als Ressourcen nutzen kann (organische Abfälle, Wärme, CO₂)«

20 Definition: »Urban Agriculture spans all actors, communities, activities, places, and economies that focus on biological production in a spatial context, which – according to local standards – is categorized as »urban«. Urban Agriculture takes place in intra- and periurban areas, and one of its key characteristics is that it is more deeply integrated in the urban system compared to other agriculture. Urban Agriculture is structurally embedded in the urban fabric; it is integrated into the social and cultural life, the economics, and the metabolism of the city« aus VEJRE, 2016

Petra Hagen Hodgson

hier die gärtnerischen bzw. landwirtschaftlichen Tätigkeiten auf vergleichsweise kleinen Parzellen²¹ ausgeübt werden.

Projekte, die dem Urban Gardening²² zuzuordnen wären, entwickelten sich in der Schweiz insbesondere seit 2009 in Anlehnung an die interkulturellen Gärten in Deutschland – zu einer Zeit ausserordentlichem Wohlstands aber im Schatten der US-Immobilienblase und der weltweiten Finanzkrise von 2008, was natürlich zu einer grundsätzlichen Verunsicherung vieler Menschen auch in unserem Land geführt hatte. Sie stehen in der Tradition des Gedankengutes einer »gesunden Lebensweise«. Interessant an der Schweizer Entwicklung ist vor allem der Aspekt der konkreten Entstehung und Förderung solcher Initiativen. Erstaunlich viele der Schweizer Urban-Gardening-Projekte sind zu Beginn von städtischen Verwaltungen initiiert und organisiert worden, wie etwa die »Seebrache« – eines der ersten Projekte in Zürich.²³ (Abb. 7, 8, 9) Als temporärer Garten konzipiert, existierte er bis 2010, bis er dem Neubau einer Alterssiedlung weichen musste, bei der Gärtnern vordergründig kein Thema mehr war. Dieser temporäre interkulturelle Gemeinschaftsgarten war als integrativer Quartiertreff so erfolgreich, dass einige Gartenaktive nach seiner Schliessung einen eigenen Verein zur Fortführung gemeinsamen Gärtnerns gründeten und andernorts privat weiter gemeinsam gegärtnert haben.

Im Projekt Seebrache standen die Quartierarbeit, Umweltbildung, Sensibilisierung für gesunde Ernährung und Kunstvermittlung im Vordergrund. Dieser Ansatz wurde von Grün Stadt Zürich (GSZ) im temporären Gemeinschaftsgarten Kronenwiese (2011-2014) in Zusammenarbeit mit dem angrenzenden Gemeinschaftszentrum weitergeführt. Interessant an diesem Projekt ist, dass es nicht nur auf Naturerfahrung insbesondere für Familien, Kinder und Jugendliche setzte, sondern auch Bedürfnisse von Menschen in der dritten und vierten Lebensphase einbezog. Aufhänger dazu war das nahegelegene Altersheim, dessen Bewohnerinnen und Bewohner auch im Rollstuhl am Gartenprojekt teilhaben sollten. An solchen Beispielen wird sichtbar, dass es nicht nur um die physische, sondern auch um die psychische Gesundheit von Menschen ging und geht, hier einschliesslich älterer Menschen, denen offensichtlich eine neue Möglichkeit gesellschaftlicher Integration angeboten werden sollte.

Auch das vom Verein Stadionbrache gegründete Projekt (Abb. 10 und 11) versteht sich – wie die meisten Schweizer Urban-Gardening-Projekte – in erster Linie als Erholungs- und Begegnungsraum für alle Generationen, als sozio-kulturelles Projekt für geselliges Miteinander, denn als ausschliessliches Gärtnern zur (teilweisen) Selbstversorgung. Projekte wie »Frau Gerolds Garten«, (Abb. 12 und 13) das ursprünglich aus umwelt-ethischer Verantwortung und umwelt-bildnerischer Motivation für ein verbessertes Naturverständ-

21 Ein durchschnittlicher landwirtschaftlicher Betrieb in der Schweiz ist 20 Hektar gross, in Deutschland rund 60 Hektar.

22 MÜLLER 2011

23 Mitunter führt dies inzwischen zu »Grabenkämpfe(n) im Gartenparadies« weil im Zuge von Verdichtungstendenzen das zur Verfügung stehende Land immer knapper wird und damit der Druck auf die alteingesessenen Schrebergärten liegt, diese aber keinesfalls zu Gemeinschaftsgärten mutieren wollen. vgl. METZLER, 2016.

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit



nis der modernen Stadtbevölkerung entstanden war, heute aber zu einer trendy gastronomischen Einrichtung mutiert ist, sind hingegen eher eine Ausnahme. Ebenso konnte die technologisch-kommerzielle Variante in Form von Landressourcen-sparenden Dachfarmen wie das an der ZHAW in Wädenswil entwickelte Basler Urban Farmers Aquaponic-Projekt, bei dem Fischzucht mit Hors Sol Pflanzenkulturen im geschlossenen Kreislauf kombiniert werden, bisher nur punktuell Fuss fassen.



Abb. 7, 8, 9 Seebrache:
Temporärer Garten Seebrache (2009-2010)
auf dem Gelände einer ehemaligen Gärtnerei.
Gemeinsamer Anbau von Tomaten, Gemüse-
und Blumenbeeten mit Gewächshaus für Setz-
ling-Anzucht, Werkzeuge und als Aufenthalts-
und Aktionsraum

Zunächst zögerlich in der Entwicklung, erlangte das urbane Gärtnern vor allem in der Presse eine breite Aufmerksamkeit in der Schweiz und wurde dank pressewirksamer Aktionen regelrecht gepusht. Bei genauerem Hinsehen fehlt jedoch immer noch die Breitenwirkung²⁴ wohl auch deshalb, weil Urban-Gardening-Projekte hierzulande nicht aus materieller Not entstehen.²⁵

Bei den meisten modernen Formen des urbanen Gärtnerns in der Schweiz schwingt nebst der Freude am gemeinsamen Tun, am Selbermachen und an schmackhaftem, gesundem Obst und Gemüse die politische, eine politisch-ökologische Motivation mit. Hier setzen insbesondere die Projekte der solidarischen Landwirtschaft (auch als regionale Vertragslandwirtschaft in der Schweiz bekannt) an. Sie versuchen, plausible, lebenspraktische, räumlich-funktionale Beziehungen zwischen Stadt und Land sowie zwischen den beteiligten Menschen selber wieder herzustellen – so wie es im eingangs erwähnten

²⁴ Nach wie vor konzentrieren sich die neuen Formen des urbanen Gärtnerns vor allem in den grösseren Zentren wie Zürich, Genf, Basel oder Luzern. Den breiten Durchbruch hat das urbane Gärtnern selbst in Basel noch nicht geschafft, wo seit sechs Jahren höchst aktiv und pressewirksam geworben wird. Vgl. JÄGGI, 2016

²⁵ Dies könnte sich mit den Folgen der Digitalisierung und der weiterhin neoliberalen Wirtschaftsweise möglicherweise schneller ändern, als vorhersehbar.



Abb. 10 und 11 Kronenwiese:
Temporärer Gemeinschaftsgarten Kronenwiese (2011-2014)
Reichhaltige Naturerfahrung für Kinder, Ort der Begegnung der Generationen, rollstuhlgängige
»Kanzel« von der aus sich der Garten bestens überblicken lässt.



Abb. 12 und 13 Frau Gerolds Garten:
Höchst erfolgreiches, ansprechendes, gastronomisches Geschäftsmodell: Frau Gerolds Garten.
2012 mit der Idee gegründet, am Ort in Kisten gezogene Kräuter und Gemüse direkt im Quartierscafé zu verwenden. Ursprünglich nur für einen Sommer bewilligt, gibt es hier heute auch einen Winterbetrieb in einem als Winterstube eingerichteten Zelt. Damit ist das Projekt allerdings vollends vom ursprünglichen Ziel, das die Reduktion von Klimaemissionen beinhaltete, abgekommen.



Abb. 14 Urban Farmers:
Technologisch-kommerzielle Variante Urban Farmers – Demonstrationsbox in Zürich

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit



Abb. 15 Gemüse und Autos:
Gemüse als Strassenbegleit-Bepflanzung am
Zürcher Bürkliplatz. Fragwürdige Stadt-PR



Abb. 16 Kiste als Verkehrsberuhigung:
Kindertreff Hardau beim Bullingerplatz in Zürich:
Gemüse und Kräuter als Verkehrsberuhigung – was lernen unsere Kinder?



Abb. 17 Schulhaus Sihlfeld:
Verwaiste, wahllos abgestellte Gemüseboxen
vor dem altherwürdigen Schulhaus Sihlfeld in
Zürich



Abb. 18 Maurice Maggi:
Seit 1984 »Florale Interventionen« mit heimi-
schen Wildblumen, insbesondere Malven, von
Maurice Maggi: Guerillagardening als dekora-
tiver Schmuck



Abb. 19 Lausanne Jardins:
Bewohnende im Aussenraum über gemein-
sames Tun zusammenführen. Von der Stadt-
verwaltung Lausanne organisierter Gemein-
schaftsgarten im Wohnumfeld – mit Koch- und
Essaktionen – ein Projekt von Lausanne Jar-
dins 2009

Petra Hagen Hodgson

Sieneser Fresko dargestellt ist. Im Nachgang des Club of Rome, der UNO Konferenz in Stockholm 1972, der ersten Ölkrise 1973, Chemieunfällen wie der Seveso-Katastrophe von 1976, Lebensmittelskandalen aufgrund der raschen Industrialisierung der Landwirtschaft mit ihrem grossflächigen Einsatz chemischer Pestizide auf Monokultur nach amerikanischem Vorbild und aufgrund den daraus entstandenen Debatten zu einer Suche nach einer neuen, lebensdienlicheren Ökonomie entstand die erste Gemüsekooperative Europas bereits 1978 und zwar bezeichnenderweise in der Schweiz mit ihrer langen Tradition einer gemeinschaftlich organisierten Grünraumnutzung - angefangen bei der mittelalterlichen Allmend. Am Stadtrand von Genf gegründet entstanden die Jardins de Cocagne fast zeitgleich mit der besonderen japanischen Teikei-Bewegung, einer ethisch durchwobenen Form der partnerschaftlichen Beziehung zwischen Produzent und Konsument.²⁶

Teikei bedeutet zu Deutsch »Partnerschaft« und weist damit auf das gleichwertig-respektvolle statt rein interessenorientierte Verhältnis zwischen Verbraucher und Produzent hin. Verunsichert durch verschiedene Lebensmittelskandale nach dem Zweiten Weltkrieg suchten junge Stadt-Mütter den direkten Kontakt zu Bauern auf dem Land, um sicherzustellen, dass sie für ihre Kinder und Familien garantiert gesunde Lebensmittel beziehen konnten. Gemeinsam schufen Sie mit solchen Bauern ein Vertrags-System zum Direktverkauf von gesunden Bioprodukten auf Basis einer autarken, geschlossenen, ökologischen Kreislaufwirtschaft - unabhängig und ausserhalb des globalen Marktes.²⁷ Die gemeinsame Denkweise zugunsten einer agrarökologischen Form des Wirtschaftens verbindet seither zahlreiche städtische Familien mit ihren bäuerlichen Partnern, stärkt das gegenseitige Verständnis und schafft echte, verbindliche Beziehungen zwischen den teilhabenden Menschen aus Stadt und Land. Die Jardins de Cocagne (Abb. 20) praktizieren auch solche verbindlichen Beziehungen, basierend auf der geregelten Abnahme Ihrer Produkte, bis heute. Sie und die kurz nach ihnen in Basel, im Jura und Zürich gegründeten Kooperativen²⁸ hatten nachhaltigen Einfluss auf die in den 1980er Jahren beginnenden Entwicklungen zur Community Supported Agriculture (CSA) in den USA bzw. begründeten diese erst.²⁹

Insbesondere im Nachgang der letzten Finanzkrise, die als bis heute nur unbefriedigend verarbeitete Wirtschaftskrise gesehen werden muss, ist die Zahl der Schweizer Initiativen solidarischer Landwirtschaft wie etwa die vom Berner Verein Soliterre oder der selbstverwalteten Gartenkooperative Ortoloco (Abb. 21) in Dietikon bei Zürich stetig gewachsen. Inspiriert von P.M.s Buch »Neustart Schweiz« und dessen Interesse an Souveränität, die für Städte nur möglich ist, wenn sie eine Basis auf dem Land haben,³⁰ versteht sich Ortoloco denn auch ausdrücklich als Laboratorium für ein wirtschafts-politisches Experiment jenseits von Wachstumszwang, Konkurrenzkampf und Kostendruck, jenseits von

26 DYTTRICH 2015 S. 23

27 MARIE-MONIQUE ROBIN: »Zukunft pflanzen« Film, Arte 2012

28 AGRICO BEI BASEL (1980); Le Clef des Champs im Jura (1982) sowie Topinambur in Zürich (1982, existiert heute nicht mehr)

29 DYTTRICH 2015 S. 26-27

30 DYTTRICH 2015 S44

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit



Abb. 20 Les Jardins de Cocagne: Erste selbst-verwaltete Gemüsekooperative Europas besteht seit 1978



Abb. 21 Ortoloco: »Laboratorium für ein ökonomisches Experiment« mit viel Handarbeit und Freiwilligenarbeit: »ganz konkrete Arbeit ist ein wichtiges Mittel, um aus der Ohnmacht herauszukommen« (Dyttrich)

neoliberaler Einbindung im Welthandel. Kosten und Risiken des Betriebs werden wie bei allen Projekten solidarischer Landwirtschaft von den Genossenschaftern und Genossenschafterinnen gemeinsam getragen. Produziert werden hochwertige Lebensmittel unter fairen Arbeitsbedingungen mit ökologischen Produktionsmethoden. Heute versorgen sich über 6 000 Menschen³¹ in der Schweiz über regionale Vertragslandwirtschaft mit Gemüse. Das mag verhältnismässig wenig erscheinen und wirtschaftlich gesehen funktioniert das System nur mit viel ehrenamtlicher Handarbeit, aber diese bereitet gerade deshalb Freude, weil sie gemeinsam, in mitmenschlicher Beziehung, geleistet wird. Die Bedeutung des Handwerks als solches und für den Zusammenhalt unserer Gesellschaft im digitalen Zeitalter hat nicht nur der Autor des »flexiblen Menschen«, Richard Sennett, ausführlich dargelegt.³² Denkt man hinzu, was inzwischen selbst ein Ökonom wie Klaus Schwab bezüglich der Arbeitsmisere äussert, nämlich, dass angesichts der rasanten Weiterentwicklung von Robotern, Sensoren und maschinellen Lernen menschliche Arbeit in immer mehr Berufen zunehmend durch Kapital ersetzt, also obsolet wird,³³ – erscheint diese Wirtschaftsform umso zukunftsweisender, sinnhafter.

Wir Menschen kooperieren gerne. Dass wir dies von Kindsbeinen an freiwillig und sogar noch ohne Sprache in gewandter Weise tun, hat die vergleichende Verhaltensforschung des Anthropologen und Psychologen Michael Tomasello eindrücklich aufgezeigt. Tomasello hat mit seiner Forschung den Begriff der »geteilten Intensionalität«,³⁴ der Entwicklung eines »Wir-Gefühls« bei uns Menschen als Konstitutivum eingeführt. Er legt dar, dass unsere hohe Kooperationsfähigkeit unser spezifisches Menschsein ausmacht. Aus geteilter Intensionalität entsteht die gemeinsame soziale Perspektive mit geteiltem Wissen, woraus wiederum laufend Innovationen entwickelt werden können. Tomasellos For-

31 vgl. <http://www.ortoloco.ch>

32 schon in seinem Buch »Der flexible Mensch« (1998), später in seinen Büchern »Handwerk« (2008) »Zusammenarbeit. Was unsere Gesellschaft zusammenhält« (2012)

33 SCHWAB 2017

34 vgl. TOMASELLO 2010

Petra Hagen Hodgson

schung ist auch deshalb so interessant, weil sie alle jene Stimmen wiederlegt, die uns glauben machen wollen, dass wir Menschen zum Kooperieren eigentlich nicht geschaffen seien, sondern unsere Existenz vielmehr von Konkurrenz, Egoismus und Aggression als wahre Natur des Menschen geprägt sei.³⁵ Die solidarische Landwirtschaft gedeiht auf dem Boden der Kooperation. Bezeichnenderweise haben les Jardins de Cocagne trotz zahlloser Anfragen um Mitgliedschaft in jüngster Zeit entschieden, nicht über 400 Abonnenten zu wachsen, aus Sorge, dass die direkten zwischenmenschlichen Beziehungen und damit die Kooperationsbereitschaft verloren gehen könnte.³⁶ Schon Elinor Ostrom hat in Ihren umfassenden Untersuchungen zur Verfassung der Allmende³⁷ dargelegt, dass die Grösse einer Genossenschaft bzw. einer Korporation wesentlich für ihr erfolgreiches Funktionieren sei. Dieses Ethos des Kooperierens findet sich ebenso im Weltagrarrbericht³⁸ von 2008, der in der Quintessenz seines Mottos »business as usual is no option« nachdrücklich für ein neues Verhältnis von Produzenten und Verbrauchern von Lebensmitteln plädiert und damit implizit neuen (alten) Beziehungen zwischen Stadt und Land das Wort redet.

Die Genossenschaft Ortoloco verfolgt die Vision, dass sich längerfristig »ganze Quartiere anstatt der Einzelhaushalte gemeinsam organisieren (würden). Nach diesem Modell könnte die regionale Nahrungsmittelversorgung auch grossräumig in die Stadtplanung einbezogen werden.«³⁹ Diesbezügliche Visionen loteten die Architekten Verzone Woods Architekten im 2010 gestarteten Nationalfonds-Projekt unter dem Motto »neue Urbane Qualität« aus und stellten eine Typologie für eine »Food Urbanism Initiative« auf. Noch fehlen allerdings weitreichende Konsequenzen, wenngleich in einigen neu entstandenen, verdichteten Quartieren wie im Zürcher Quartier »Mehr als Wohnen« oder in Ersatzneubauten wie der Siedlung Brügglächer in Zürich Schwamendingen oder dem Stadtzürcher Wohnkomplex »Kalkbreite«⁴⁰ durchaus mit dem Einbezug von neuen Formen der gemeinschaftlichen Aussenraumnutzung bzw. des (gemeinschaftlichen) Gärtnerns experimentiert wird.

- 35 Seit Jahren wird in diesem Zusammenhang immer auf Garret Hardins kurzen Text »The Tragedy of the Commons« verwiesen, dabei hat Elinor Ostrom dies an zahllosen Beispielen längst widerlegt, aber auch die Kriterien beschrieben, die es braucht, damit Genossenschaften und Kooperationen funktionieren. Die Grösse spielt dabei eine Rolle.
- 36 Matthieux Butteux im Interview mit Petra Hagen Hodgson am 17.9.2016 in Les Jardins de Cocagne
- 37 OSTROM 1999
- 38 BEVERLY ET. AL. 2009. An diesem bedeutenden Bericht haben über 500 Wissenschaftler aller Kontinente und verschiedener Fachrichtungen vier Jahre lang gearbeitet. Er fragt nach den Ursachen von Hunger, Fehlernährung, sozialer Ungerechtigkeit und Umweltschäden auf der Welt im Zusammenhang mit der Ernährungsfrage und sucht nach tragfähigen Lösungen. In diesem Bericht wird einmal nicht – als Symptombekämpfung – vorrangig danach gefragt, wie Produktivität durch mehr Technik gesteigert werden könne.
- 39 <http://www.ortoloco.ch/hintergrund>
- 40 Vor der Realisierung des Wohn- und Geschäftshauskomplexes entstand hier im Übrigen zeitgleich mit dem interkulturellen Garten Seebrache der als Zwischennutzung konzipierte »Temporäre Garten Kalkbreite« – von Mitgliedern der Genossenschaft organisiert.

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit

Doch nach wie vor ist urbane Landwirtschaft weder in der Gesellschaft noch im Stadtbild nennenswert verankert, sind Nahrungsmittelstrategien in der Schweiz kein Instrument der Stadtentwicklung.⁴¹ Alle Projekte des Urbanen Gärtnerns und der Urbanen Landwirtschaft haben einen Flächenanspruch an den städtischen oder peri-urbanen Raum. Hieraus ergibt sich eine unmittelbare Konkurrenz mit anderen Freiraumnutzungen und es entstehen zwangsläufig handfeste Widersprüche und Konflikte mit den städtebaulichen Zielen der Nachverdichtung. Mehrheitlich heisst Nachverdichtung weiterhin »weniger Garten, mehr Stadt«⁴². Innerhalb der letzten 24 Jahre hat die versiegelte Fläche in der Schweiz denn auch um 29% zugenommen.⁴³ Das geht mehrheitlich weiterhin auf das Konto von Einfamilienhaussiedlungen, aber nicht nur. Die »fliessenden Freiräume« der gegliederten, aufgelockerten, durchgrünten Stadt der Nachkriegszeit, die nicht mehr als Gartenstadt⁴⁴ - als Stadt mit Gärten zur Selbstversorgung - konzipiert waren, sondern als ein gesundes



Abb. 22 Siedlung Ecofaubourgs in Schlieren von Metron Architektur (2014): Gemüsebeete, Beerensträucher und Blumen direkt vor der Haustüre

41 JÄGGI 2013 S. 15

42 vgl. COTTI 2007

43 Bundesamt für Statistik BSF: Umwelt. Taschenstatistik, Neuchatel 2016

44 HAGEN HODGSON 1992

Petra Hagen Hodgson

Wohnen für alle in einer idealen Parklandschaft, sind heute jene Orte, an denen die Verdichtung am stärksten greift. Dabei finden sich in diesen Parklandschaften, die sich zwar häufig als anonyme Räume herausstellen, in denen sich nichts tun lässt und in denen man sich nur ungern aufhält, weil sie so einsehbar sind, seit jeher durchaus interessante Ansätze, die einer Theorie »verdichteter Grünräume«⁴⁵ als Vorbild dienen können. In der Siedlung Swissair in Kloten (Abb. 23 und 24) oder in der Genossenschaftssiedlung Talgut in Winterthur (Abb. 25) beispielsweise wird seit über 70 Jahren gegärtnert – und zwar ganz modern ohne Gartenzäune bzw. ohne Abgrenzungen, wie sie in Schrebergärten zu finden sind. In der Genossenschaftssiedlung Hirzenbach (Abb. 26) in Zürich-Schwamendingen haben sich die Bewohner vor über 30 Jahren den anonymen Aussenraum ihrer Siedlung angeeignet, eine Pergola für gemeinsame Unternehmungen eigenhändig gebaut und ausgebaut sowie Gemüsebeete angelegt.⁴⁶ Inzwischen sind sie zusammen alt geworden, aber die über den gemeinsam bewirtschafteten Aussenraum entstandenen Beziehungen und Freundschaften sind geblieben.

Gärten sind prädestiniert für Kontakte, Kommunikation und Begegnung. In der Weltliteratur erscheinen sie häufig als Stätten des Gesprächs, des Dialogs, des Miteinanders, der Freundschaft.⁴⁷ Auf zahllosen Kunstwerken sind uns Szenen der Geselligkeit in der Natur und in Gärten durch die Jahrhunderte hindurch bekannt. Seit dem klassischen Altertum waren Reflektionen über »das gute Leben« Gegenstand der Philosophie. Zum guten, erfüllten Leben gehört seither auch der Garten. Zahllose Studien der letzten zwanzig Jahre haben die Bedeutung des Gartens und der Natur für unser psychisches und physisches Wohlbefinden auch medizinisch-wissenschaftlich belegt.⁴⁸ Angesichts des demographischen Wandels zu einer immer älter werdenden, individualisierten Gesellschaft gewinnen die Grünräume des unmittelbaren Wohnumfeldes eine besondere Bedeutung für immer mehr Menschen, die Zeit haben, nicht mehr effizient sein müssen, die zwar länger noch fit sind, deren Radius aber mit der Zeit kleiner, soziale Eingebundenheit schwieriger und gesundheitliche Einschränkungen grösser werden.

Für altersgerechten Wohnraum sind in den letzten Jahren zahlreiche neue Konzepte und gemeinschaftliche Wohnmodelle entwickelt worden. Dem Wohnaussenraum hingegen wurde in diesem Zusammenhang bisher wenig Beachtung geschenkt. Dabei können gemeinschaftlich genutzte und gepflegte Wohnaussenräume wesentlich zu einer selbständigen, gesundheitsförderlichen und sinnerfüllten Gestaltung der zweiten Lebenshälfte bis weit ins hohe Alter beitragen, mehr Wohlbefinden und Lebensqualität im dichter werdenden Raum bieten. Dies hat das Forschungsprojekt »Grünräume für die zweite Lebenshälfte – Förderung von Lebensqualität und Gesundheit durch neue Grünraumqualitäten von

45 HAGEN HODGSON 2010

46 HAGEN HODGSON 2016

47 vgl. HARRISON 2010

48 u.a. SCHNEITER-ULMANN 2013; ABRAHAM, et. al. 2007;
Wirkungszusammenhänge untersuchte auch Rainer Maderthaner

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit



Oben Abb. 23 Swissair Luftbild
Swissair Siedlung Im Grüt kurz nach der Fertigstellung 1948. Die Ländlichkeit der Umgebung durchzieht den Grünraum der Siedlung und verdichtet sich in diesem.

Rechts Abb. 24 Swissair
Bis heute: Gärtnern im fließenden Raum der Parklandschaft.

Die Siedlung steht unter Schutz, die Stadt will aber über einen Gestaltungsplan Anbauten zulassen. Damit steht auch der Grünraum mit seinen Sichtbezügen zur Diskussion.



Abb. 25 Talgut:
Siedlung Talgut in Wintertur seit 1945. Das Gärtnern hat in den letzten Jahren Aufschwung erfahren – wohl auch inspiriert von den Urban Gardening Projekten. Diese Siedlung wird demnächst abgerissen und ersetzt. Die Aktivitäten im Grünraum werden damit unwiederbringlich zerstört, möglicherweise teilweise ersetzt.



Abb 26 Hirzenbach:
Italienische Garteninitiative: gemeinsames Beisammensein – manchmal mit selbstgezo-genem Gemüse



Links Abb. 27 Bodan 44+

Alterswohnprojekt Bodan 44+ in Kreuzlingen. Der grosse, gekieste Platz ist das Kernstück des Gartens. Hier sitzt man nicht im Durchzug, sondern an einem pflanzlich eingefassten Ort voller Weite und Geborgenheit zugleich. Dünne Blechwandungen erlauben unmittelbares Gärtnern vom Rollstuhl aus.

Rechts Abb. 28 Bodan 44+

Jazz im Garten. Gemeinschaftliches Gärtnern bringt eine eigene Ästhetik hervor.

Wohnsituationen älterer Menschen in der deutschen Schweiz⁴⁹ gezeigt, in dem 7 exemplarische Beispiele unterschiedlicher Wohnsituationen älterer Menschen untersucht wurden, bei denen der gemeinsam geplante und bewirtschaftete Garten bzw. Grünraum des unmittelbaren Wohnumfeldes eine Rolle für das Zusammenleben der Menschen spielte. Teilhaben und Mitwirken sind wesentliche Bausteine für gute Lebensqualität. Gemeinsam Entscheidungen für den gemeinsamen Garten fällen und tragen, zusammen eine Vorstellung für den Garten entwickeln, Dinge ändern, wenn sie sich als nicht praktikabel erweisen, erfordern einen hohen Grad an Partizipation und Gesprächsbereitschaft. Im Gegenzug bietet die gemeinsame Unternehmung am und im Garten und das Aushandeln von Meinungsunterschieden Geselligkeit, Freundschaft und gemeinsam erlebte Freude am Geschaffenen. Für die emotionale Identifikation mit dem Grünraum, für die Stärkung der sozialen Prozesse, für die Bereitschaft, sich für den Garten zu engagieren und damit nebenbei auch etwas für gute Gesundheit zu tun, ist die Ästhetik zentral. Eine Theorie zu einer von einer Gruppe von Amateuren entwickelten Ästhetik besteht freilich erst in ersten Ansätzen.⁵⁰ Ebenso muss das sich aus dem Forschungsprojekt ergebene Modell für Raum-Differenzierung und Raum-«Typologie der Beziehungen, bei dem das »Dazwischen« auf unterschiedlichen Ebenen klar definiert ist, noch weiter entwickelt werden.

49 Vollständige Dokumentation der Forschungsprojektes unter alter-grün-raum.ch. Die im Forschungsprojekt entwickelte »Gartenbox« (eine Wegleitung, die Schritt für Schritt von der ersten Idee für ein gemeinsames Gartenprojekt, über die Planung und Durchführung zur gemeinsamen Nutzung, Pflege und Weiterentwicklung eines Gartens führt - mit 66 Fragen und Antworten sowie 16 Arbeitsblättern) erscheint vollständig überarbeitet im Frühjahr 2017 im Hauptverlag, Bern.

50 EBERHARD, HAGEN HODGSON 2016

RAUM - DIFFERENZIERUNGEN UND RAUM - BEZIEHUNGEN

Raum verstanden als erfahrenen und genutzten, als erlebten und gelebten Raum

nach **NUTZUNGEN und ERFAHRUNGEN**

Grenzen, Begrenzungen, Schwellen, Durchgänge, Übergänge

INNEN	☐ __ ☐ __ ☐ __ ☐ __ ☐	AUSSEN
PRIVAT	☐ __ ☐ __ ☐ __ ☐ __ ☐	ÖFFENTLICH
INDIVIDUELL	☐ _____ ☐	KOLLEKTIV

nach **BESITZVERHÄLTNISSEN**

☐ PRIVAT Einzelperson, Gemeinschaft	☐ INSTITUTION
☐ GENOSSENSCHAFT	☐ ÖFFENTLICH

© petra hagen hodgson / peter eberhard 2017

Abb. 29
Modell für eine Raum-Typologie der Beziehung

Literaturverzeichnis

ABRAHAM ANDREA, SOMMERHALDER KATHRIN, BOLLIGER HEINZ, SALZMANN UND THOMAS ABEL: Landschaft und Gesundheit: Das Potential einer Verbindung zweier Konzepte. Bern: Institut für Sozial und Präventivmedizin der Universität Bern 2007

AMEMIYA HIROKO: Du Teikei aux AMAP. Le renouveau de la vente directe de produits fermiers locaux. Presses universitaires de Rennes, Rennes 2011

BÜRGERBIBLIOTHEK BERN (Hrsg.); LIENHARD, LUC; DAUWALDER, LEA: Das Herbarium des Felix Platter. Die älteste wissenschaftliche Pflanzensammlung der Schweiz. Haupt Verlag, Bern 2016

COOPER DAVID: A Philosophy of Gardens. Oxford 2006

COTTI ZITA: Weniger Garten, mehr Stadt. Die ersten Ersatzneubauten der Seebacher Siedlung Katzenbach. In: NZZ 27.10.2007

DYTTTRICH BETTINA: Gemeinsam auf dem Acker. Solidarische Landwirtschaft in der Schweiz. Rotpunktverlag Zürich 2015,

EBERHARD PETER, HAGEN HODGSON PETRA: Komposition und Improvisation. In: Hochparterre, Köbi Gantenbein und ZHAW (Hrsg.)

EVAN D.G. FRASER UND ANDREW RIMAS: Empires of Food. Feast, Famine and the Rise and Fall of Civilizations. Arrow Books, New York 2010,

EXNER PETER: Vom Bauerndorf zur Vorstadt: Metamorphosen der Landgemeinde nach 1945. Forcierte Agrarmodernisierung und dörflicher Strukturbruch am Beispiel Westfalens. Mit Kommentar von Michael Kopsidis. In: Zimmermann Clemens u.a. (Hrsg.): Dorf und Stadt: ihre Beziehungen vom Mittelalter bis zur Gegenwart. DLG Verlag, Frankfurt am Main 2001,

FÖHN MARTINA, DIETRICH CHRISTINA: Garten und Demenz. Huber Verlag, Bern 2013

HAGEN HODGSON PETRA: Die gesunde Stadt. Letchworth Garden City gestern und heute. In: Werk, Bauen + Wohnen 4, 1992

HAGEN HODGSON PETRA: Italienische Initiative. In: Hochparterre, Köbi Gantenbein und ZHAW (Hrsg.); Petra Hagen Hodgson und Peter Eberhard (Hauptautoren, Konzeption, Redaktion): Gemeinsames Gärtnern im Alter. Das Forschungsprojekt «Grünräume für die zweite Lebenshälfte» der Zürcher Hochschule für Angewandte Wissenschaften in Wädenswil. Themenheft Hochparterre März, Zürich 2016

HAGEN HODGSON PETRA: Verdichtete Grünräume im urbanen Raum. Plädoyer für mehr Intimität und Individualisierung im urbanen Wohnumfeld. In: Werk, Bauen + Wohnen 9, 2010

HARRISON ROBERT: Gärten. Ein Versuch über das Wesen des Menschen. München 2010

HAUSER, ALBERT: Bauerngärten der Schweiz. Artemis, Zürich 1976

JÄGGI MONIKA: Jeder Bissen ist politisch: Urbane Landwirtschaft als Instrument für die Stadtplanung. In: Collage 1, 2013

JÄGGI MONIKA: Städtisches Gärtnern in Basel: mehr auf dem Papier statt im Grünen.
<http://www.onlinereports.ch> 23.Juni 2016

JÄSCHKE KURT-ULRICH, SCHRENK CHRISTHARD (Hrsg.): Ackerbürgertum und Stadtwirtschaft. Zu Regionen und Perioden landwirtschaftlich bestimmten Städtewesens im Mittelalter. Vorträge des gleichnamigen Symposiums vom 29. März bis 1. April 2001 in Heilbronn. Stadtarchiv Heilbronn 2002

JÄSCHKE KURT-ULRICH: Vorstellung. In: Der Universitätspräsident (Hrsg.): Die Mär vom Ackerbürger. Feld- und Waldwirtschaft im spätmittelalterlichen Alltag rheinischer Städte. Universität des Saarlandes, Saarbrücken 1997

JUNGBLUTH NIELS, ITTEN RENE, STUCKI MATTHIAS: Umweltbelastungen des privaten Konsums und Reduktionspotenziale. Schlussbericht für BAFU. Uster 2012

Beziehung – Von Urbaner Landwirtschaft, Gärten und Gesundheit

KAMLEITHNER CHRISTA: Die Grenzen der Stadt. In: Hauser Susanne, Kamleithner Christa: Ästhetik der Agglomeration. Müller + Busmann Verlag, Wuppertal

KRASNY ELKE (Hg.): Hands-on Urbanism. 1850-2012. Vom Recht auf Grün. AzW, Turia + Kant Verlag, Wien 2012

LOHRBERG FRANK, LICKA LILLI, SCAZZOSI LIONELLA, TIMPE AXEL (Hg) Urban Agriculture Europe. Jovis Verlag, Berlin 2016

METZLER BEAT: Grabenkämpfe im Gartenparadies. Tages-Anzeiger, 27.12.2016

MÜLLER CHRISTA: Urban Gardening. Über die Rückkehr der Gärten in die Stadt. Oekom Verlag, München 2011

NIWA NELLY: Vous avez dit „agriculture urbaine“ ? In: Collage 1, Rheinfelden 2013

OSTROM ELINOR: Die Verfassung der Allmende. Jenseits von Staat und Markt. Mohr Siebeck 1999 für die deutsche Ausgabe, Originalausgabe: Governing the Commons. The Evolution of Institutions for Collective Action. Cambridge University Press Cambridge 1990

SCHMIDT DORIS: Der Feskenzyklus von Ambrogio Lorenzetti über die gute und schlechte Regierung. Eine danteske Vision im Palazzo Pubblico von Siena. St. Gallen 2003, Diss. Nr. 2656

SCHNEITER-ULMANN RENATA: Lehrbuch Gartentherapie. Huber Verlag, Bern 2010

SCHWAB KLAUS: Folgen der vierten industriellen Revolution. Gastkommentar. In: NZZ 14.1.2017

SENNET RICHARD: Der flexible Mensch. Die Kultur des neuen Kapitalismus. Büchergilde Gutenberg 1998

SENNET RICHARD: Handwerk. Berlin Verlag Taschenbuch 2008

SENNET RICHARD: Zusammenarbeit: Was unsere Gesellschaft zusammenhält. dtv Verlagsgesellschaft 2014

STARN RANDOLPH: AMBROGIO LORENZETTI. Palazzo Pubblico a Siena. Società Editrice Internazionale, Torino 1996, zuerst publiziert unter: RANDOLPH STARN : The Palazzo Pubblico, Siena, Braziller, New York 1994.

TABORSKY URSULA: Naturzugang als Teil des Guten Lebens. Die Bedeutung interkultureller Gärten in der Gegenwart. Frankfurt am Main 2008

TOMASELLO MICHAEL: Warum wir kooperieren. Suhrkamp Verlag, Berlin 2010

WELTAGRABERBERICHT: BEVERLY D. MC INTYRE, HANS R. HERREN, JUDI WAKHUNGEN, ROBERT T. WATSON (Hg.): Agriculture at a Crossroads. Synthesis Report. IAASTD, Island Press, Washington 2009

WIDMER HANS alias P.M. im Interview mit Bettina Dytrich in: Dytrich: Bettina Gemeinsam auf dem Acker. Solidarische Landwirtschaft in der Schweiz, Rotpunktverlag, Zürich 2015

Abbildungsverzeichniss

Alle Abbildungen sofern nicht anders vermerkt: Copyright Petra Hagen Hodgson

Abb. 1: Ambrogio Lorenzetti: Enge funktionale, räumliche und soziale Beziehungen und Verflechtungen zwischen Stadt und Land

Quelle:

https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Ambrogio_Lorenzetti_-_Effects_of_Good_Government_in_the_city_-_Google_Art_Project.jpg

Abb.: 2

Stadtprospekt von Murer von 1576

Quelle:

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/a/a2/Murerplan_Zuerich.jpg

Abb.: 3

Ausschnitt »Münsterhof« Zürich aus Stadtprospekt von Murer

Quelle:

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/a/a2/Murerplan_Zuerich.jpg

»Die größte Bedeutung von Grün für die Gesundheit liegt in der Möglichkeit diese für die aktive Gesunderhaltung im Freien zu nutzen. Der Trend zum Sport im Freien nimmt stetig zu und spielt sich nicht mehr nur im Verein und auf normierten Sportplätzen oder in Sporthallen ab, sondern wird individuell allein oder in Gruppen an öffentlichen Orten gestaltet. Dabei spielen öffentliche Parks in der Stadt eine besonders herausgehobene Rolle, da sie frei verfügbar und erreichbar sind.«

Heiner Baumgarten

Reflektion zur Bedeutung von Grün und Gesundheit

Heiner Baumgarten

Vorbemerkungen zum Thema

Bei dem gestellten Vortragsthema sind zunächst die Fragen interessant »Was hat Grün mit Gesundheit zu tun?« oder »Was verstehen wir in diesem Zusammenhang unter Gesundheit?«. Wir gehen einmal den populären Weg über Wikipedia:

Was ist »Grün«? Als Grün bezeichnet man die wahrgenommene Farbe von Licht, das eine Wellenlänge zwischen 520 und 565 nm hat.

»Das Chlorophyll oder Blattgrün bezeichnet eine Klasse natürlicher Farbstoffe, die von Organismen gebildet werden, die Photosynthese betreiben. Insbesondere Pflanzen erlangen ihre grüne Farbe durch Chlorophyll.«¹

Da viele Pflanzen Chlorophyll enthalten, ist Grün eine häufige Farbe in der Natur. Am Ende der Vegetationszeit verringert sich das Chlorophyll in den Pflanzen, gelbe und rote Farbstoffe kommen zum Vorschein (Indian Summer). Der Farbeindruck Grün kann aber auch durch Farbmischung entstehen. Die Farbe Grün steht für Hoffnung, Ruhe, Sicherheit, Inspiration, Frische, Natur und Leben. Mit Grün assoziiert man in erster Linie Natürlichkeit und Frische. Grüne Räume können beruhigend und ausgleichend wirken. Die Farbe Grün wird deshalb oft für Schlafzimmer oder Relaxzonen empfohlen.

Was verstehen wir unter »Gesundheit«?

»Gesundheit ist ein Zustand des körperlichen und/oder seelischen Wohlergehens. Dieser Zustand kann einerseits subjektiv erlebt, andererseits aber auch objektiv beurteilt werden. Während sich die Krankheit zum Teil objektiv nachweisen bzw. beweisen lässt, ist dies bei der Gesundheit nicht immer, oder nicht immer in vollem Umfang, der Fall.«²

Die WHO ist da etwas präziser: »Gesundheit ist der Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens und nicht nur des Freiseins von Krankheiten und Gebrechen«³

Wirkungen von Grün

Geht schon abstrakt von der Farbe Grün eine beruhigende, ausgleichende oder relaxende Wirkung aus, so ist die Frage, ob im Sinne des Themas weitergehende Wirkungen vom lebendigen Grün in der Stadt oder in Wohnräumen auf die Gesundheit oder das Wohlbefinden bestehen.

Die Wirkungen des Stadtgrüns – der Parkanlagen, Grünflächen, Friedhöfe, Kleingartenanlagen etc. – hinsichtlich ihrer klimatischen und hygienischen Wirkung sind vielfach untersucht und bekannt. Durch Schattenspende, Staubfilterung, Verminderung von Windgeschwindigkeiten (Winddüsenwirkungen), Ausgleich von Temperaturextremen in dicht bebauten Stadtteilen, Spende von Luftfeuchtigkeit durch Verdunstungsleistungen oder die vielzitierte Sauerstoffproduktion schaffen zumindest besserer Grundvoraussetzungen

¹ <https://de.wikipedia.org/wiki/Chlorophylle>

² <https://de.wikipedia.org/wiki/Gesundheit>

³ Verfassung der Weltgesundheitsorganisation, New York 1946

Reflektion zum Thema Grün und Gesundheit

für ein gesundes Leben in der Stadt. Psychologisch wichtig ist das Grün in der Stadt auch als Sichtschutz, um z. B. störende Kulissen (z. B. Gewerbeflächen) oder Bewegungen (z. B. Autobahn oder Eisenbahn) zu verdecken.

Ähnliche Wirkungen kann man auch der Begrünung von Gebäuden zuschreiben, wobei hier zusätzlich noch eine gewisse Isolationsleistung hinzukommen kann.

Ganz anders sieht es bei der Begrünung von Innenräumen aus. Hier konnte durch viele Untersuchungen – insbesondere in Büroräumen – festgestellt werden, dass nicht nur die Farbe Grün positive Wirkungen auf das Wohlbefinden entfaltet, sondern dass grüne Pflanzen deutliche Auswirkungen auf gesundheitliche Aspekte besitzen.

Man könnte nun meinen, dass die grüne Farbe der Pflanzen vor allem für mehr Relaxen am Arbeitsplatz sorgt. Untersuchungen zeigen allerdings, dass die Müdigkeit um ca. 30% in begrünten Büros gegenüber unbegrünten Räumen sinkt:

KRANKHEITSSYMPTOM	REDUZIERUNG GEGENÜBER UNBEGRÜNTE BÜROS
Müdigkeit	30%
trockener Hals	30%
Husten	38%
Kopfschmerzen	45%

Abb. 1 Auswirkung der Innenraumbegrünung in Büros auf Gesundheitszustand, Wohlbefinden und Arbeitsleistung (Krankheitssymptome)

Noch deutlicher werden die Vorteile einer Innenraumbegrünung, wenn man auf das Potenzial zur Bindung von Luftschadstoffen blickt. Die folgende Tabelle zeigt die Leistung einiger Zimmerpflanzen zur Bindung der am häufigsten vorkommenden Schadstoffe insbesondere in Arbeitsräumen. Allerdings sollte Priorität bei der Auswahl von Baustoffen oder Geräten liegen, die diese Schadstoffe nicht emittieren, denn eine vollständige Kompensation der Belastung durch die Raumbegrünung ist nicht zu erwarten!

Heiner Baumgarten

PFLANZE	SCHADSTOFFE, DIE BESONDERS GUT ABSORBIERT WERDEN			
	FORMALDEHYD	BENZOL	TRICHLORETHYLEN	CO ₂
GRÜNLILIE (CHLOROPHYTUM ELATUM)	X			X
BOGENHANF (SANSEVIERIA TRIFASCIATA)		X	X	X
ECHTE ALOE (ALOE BARBADENSIS)	X			
KOLBENFADEN (AGLAONEMA MODESTUM)		X		
EINBLATT (SPATIPHYLLUM)		X	X	
EFEU (HEDERA HELIX)		X	X	
BAUMFREUND (PHILODENDRON SELLOUM)	X			
DRACHENBAUM (DRACAENA FRAGRANS „MASSANGIANA“)	X			
DRACHENBAUM (DRACAENA MARGINATA)		X	X	
EFEUTUTE (EPIPREMNUM AUREUS)	X	X		X
PURPURTUTE (SYNGONIUM PODOPHYLLUM)	X			
CHRYSANTHEME (CHRYSANTHEMUM MORIFOLIUM)	X			
GERBERA (GERBERA JAMESONII)	X			
DRACHENBAUM (DRACAENA DEREMENSIS „WARNECKII“)	X		X	

Abb.2 Auswirkung der Innenraumbegrünung in Büros auf Gesundheitszustand, Wohlbefinden und Arbeitsleistung (Pflanzen)

Gesundheitsbelastungen und –risiken können also durch Begrünung städtischer Innen- oder Außenräume gemindert oder abgeschwächt werden. Grün ist aber auch ein erkannter bedeutender Faktor, der in der Stadt positive Wirkungen auf die Gesundheit der Menschen im prophylaktischen wie therapeutischen Zusammenhang besitzt. Schwedische Untersuchungen von GRAHN und STIGSDOTTER (2003) in neun Städten haben gezeigt, dass von fast 1.000 Probanden »umso seltener über stressbedingte Krankheiten wie Burnout-Syndrom, Schlaflosigkeit, Depression berichtet wurde, je regelmäßiger die Teilnehmer innerstädtische Grünflächen aufsuchen konnten«. ⁴ Noch deutlicher wird die Bedeutung von Grün und Parks für die Gesundheit durch eine Studie ⁵ in Japan zur Überlebensrate von Senioren in Großstädten. Je nach Ausstattung mit viel oder wenig Freiraum oder Parks und Alleen im Wohnumfeld unterschied sich die Lebenserwartung bei der Auswertung nach einem Fünfjahreszeitraum deutlich:

- »bei der Gruppe mit viel Freiraum für Spaziergänge waren noch 73,8 % am Leben, ohne Freiraum nur 55,7%
- Mit Parks und Alleen im Wohnumfeld lebten noch 74,2%, ohne Parks und Alleen nur 66,2%«

Auch wenn die Verhältnisse japanischer Städte nicht unmittelbar auf die Verhältnisse in deutschen oder europäischen Städten übertragen werden können, so zeigt doch das Ergebnis der Studie eindeutig die positive Wirkung von Grün und Parks in den Städten für die Gesunderhaltung der Bevölkerung – Grün in der Stadt ist also eindeutig als ein bedeutender Faktor für die Gesundheitsprävention zu bewerten.

Diese Erkenntnisse sind bedeutend für die Frage, welche Leistung Parks, städtisches Grün bzw. Natur im Allgemeinen bei der Behandlung von Erkrankungen bzw. für einen Ge-

⁴ STIFTUNG DIE GRÜNE STADT 2009, S. 16

⁵ TAKANO et. al. 2002; zitiert in: HELDMANN 2010, S. 41

Reflektion zum Thema Grün und Gesundheit

sundungsprozess haben können. Schon 1984 stellte Ulrich⁶ fest, dass bei Patienten nach einer Operation der Gesundungsprozess signifikant unterschiedlich verläuft, je nachdem ob der Blick aus dem Krankenzimmer ins Grüne oder gegen eine Ziegelsteinmauer fällt. Es zeigte sich bei den Patienten mit Blick ins Grüne,

- »dass ihr postoperativer Aufenthalt im Krankenhaus kürzer war
- dass das Pflegepersonal sich positiver über die Patienten äußerte
- dass sie weniger Schmerzmittel benötigten«.⁷

Das Ergebnis dieser Untersuchung von ULRICH – wie viele weiterer mit vergleichbaren Ergebnissen – zeigt auch, dass das Stadtgrün, die Parks und Erholungsanlagen in der Stadt nicht nur gestalterische, ökologische und soziale Wirkungen und Aufgaben hat, sondern auch ganz handfest belegbare ökonomische Auswirkungen bringt. Alle drei o. g. positiven Feststellungen bei Patienten mit Blick ins Grüne führen im Ergebnis zu niedrigeren Kosten im Gesundheitsbereich. Bisher liegt dafür noch keine Untersuchung vor, die diesen Effekt quantifiziert und bewertet hat. Hier liegt noch ein erhebliches Defizit in der Forschung.

Vor dem Hintergrund der Erkenntnisse der positiven Wirkungen von Grün sowohl in der Gesundheitsprävention als auch im Gesundungsprozess ist es verständlich, dass viele Krankenhäuser bereits seit Mitte des 19. Jahrhunderts in Zusammenhang mit parkartigen Anlagen aus hygienisch-therapeutischen Gesichtspunkten konzipiert wurden.⁸ Die Zusammenhänge von Grün und Gesundheit waren also schon sehr lange bewusst, vielleicht nur nicht in ihrer Dimension erkannt. Unverständlich erscheint deshalb aus heutiger Sicht, dass insbesondere in den letzten Jahrzehnten im Zusammenhang mit Konsolidierungsmaßnahmen für Krankenhausbetriebe und städtische Krankenhäuser, Parks an Krankenhäusern verkauft und bebaut wurden. Gerade heute müsste angesichts der weiter zunehmenden psychischen Erkrankungen und Allergien oder bei Demenz- und Herz-Kreislaufkrankungen wieder Wert auf die Erreichbarkeit und Nutzbarkeit von Parks und Gärten an Krankenhäusern gelegt werden, da von ihnen häufig stimulierende Wirkungen für den Gesundungsprozess ausgehen. Einige Krankenhäuser und Kliniken haben diese Bedeutung wieder erkannt, dass für die Gesundung und Behandlung Parks und Gärten von großem Vorteil sind. Neben der unmittelbaren Wirkung durch den Aufenthalt an frischer Luft stehen die psychischen Wirkungen und Anreize zur Aktivierung körperlicher und geistiger Fähigkeiten dabei im Vordergrund. Naturerleben als Therapie könnte eine sinnvolle Ergänzung zur weißen Medizin werden.

6 zitiert nach FLADE 2010
7 FLADE 2010, S. 83
8 vgl. VON KROSIGK 2008, S. 30

Heiner Baumgarten

Grün und Gesundheit als Aufgabe für Freiraum- und Stadtplanung

In den letzten Jahrzehnten sind zahlreiche Untersuchungen zur Bedeutung der Freiräume und Grünflächen in den Städten durchgeführt worden, die durch Befragungen oder andere empirische Methoden immer wieder festgestellt und belegt haben, dass der Besuch von Parks und Grünflächen primär der Erholung und dem Naturgenuss gilt. Häufig waren auch Nennungen wie »Ruhe genießen« oder »Sich bewegen« bei Spiel oder Sport. Alle Äußerungen lassen sich jedenfalls zusammenfassen unter der Überschrift »Ausgleich für die Belastungen oder Anforderungen des Alltags suchen«. Parks und Grünflächen werden also aufgesucht, um sich gesund und fitt zu halten bzw. Gesundheitsvorsorge zu treffen. Wenn auch das Motiv »Gesundheitsvorsorge« bei den meisten der bisherigen Befragungen und Untersuchungen nicht mit einer hohen Nennung auftauchte, so lassen sich doch viele der Besuchsmotive genau auf diesen Hintergrund zurückführen. Seit etwa zehn Jahren rückt das Thema Gesundheit und Freiraumplanung wieder stärker in den Mittelpunkt der Stadtentwicklung und Landschaftsplanung, stark geprägt durch die Tendenzen im Sport, die Aktivitäten von den normierten Sportflächen in die Parks und freie Landschaft zu verlegen. Vielleicht auch ein deutliches Zeichen dafür, dass es heute vielen Menschen beim Sport nicht (nur) um Leistung geht, sondern mehr um Bewegung und Spaß in einer angenehmen und abwechslungsreichen Umgebung.

Volkspark als Gesundheitsstrategie

Mitte des 19. Jahrhunderts begann aufgrund gravierender hygienischer Missstände in den Großstädten eine Diskussion über die notwendigen Schritte zur Gesunderhaltung der Bevölkerung, die das wichtigste Kapital der einsetzenden Industrialisierung darstellte. Besonders in England traten schon zu Beginn des 19. Jahrhunderts (ab ca. 1830) in den Arbeiterwohnquartieren extreme hygienische Verhältnisse auf, die z. T. Cholera-Epidemien auslösten. In Deutschland traten diese Probleme verstärkt im letzten Drittel des 19. Jahrhunderts in den sehr stark wachsenden Industriestädten auf.⁹

In Hamburg führte der große Brand von 1842 zunächst zur Einführung einer zentralen Trinkwasserversorgung und der Sanierung von Wohnvierteln, gleichzeitig wurde intensiv über die Notwendigkeit großer Volksparks sowohl zur Verbesserung der hygienischen Verhältnisse in der Stadt als auch als Bewegungs- und Erholungsraum für die Bewohner diskutiert. Als in Hamburg 1892 die Cholera-Epidemie mit 17.000 Erkrankten und etwa der Hälfte Toten ausbrach, bekam diese Diskussion noch einmal einen weiteren Schub.¹⁰ Zeitgleich begannen in den Großstädten Hamburg und Altona die Planungen für neue große Parks, die den Missstand einerseits beseitigen und andererseits Mittelpunkt einer neuen Stadtentwicklung mit gesunden Wohnverhältnissen sein sollten.

Schon in den letzten zehn Jahren des 19. Jahrhunderts wurde zum Beispiel von der Altonaer Verwaltung damit begonnen, Flächen für einen neuen großen Park am Rande der Stadt zu kaufen und Überlegungen für einen neuen Sport- und Erholungspark anzustellen. Altonas erster Gartenbaudirektor Johannes Ferdinand Tutenberg, der am 1.

⁹ vgl. NAGEL 2008, S. 38

¹⁰ vgl. NATH-ESSER 1997, S. 47

Reflektion zum Thema Grün und Gesundheit

April 1913 das neu eingerichtete Gartenamt in Altona übernahm, wollte allen Teilen der Bevölkerung einen modernen Volkspark zur Verfügung stellen und begann nach langem Planungsvorlauf und zahlreichen politischen Diskussionen 1914 mit der Realisierung auf den angekauften Flächen. »Tutenberg hatte tatsächlich eine nicht nur gartenkünstlerisch wertvolle Anlage geschaffen, sondern auch wichtigen Spiel- und Bewegungsraum für die Stadtbevölkerung.«¹¹

Mit seinen Untersuchungen zur altersbezogenen Nutzung von Freiräumen und den daraus abgeleiteten Ansprüchen der Altersgruppen an Grünflächen stellte MARTIN WAGNER 1915 mit seiner Dissertation »Das sanitäre Grün der Städte« weitere wichtige Grundkenntnisse für die Entwicklung des Stadtgrüns im 20. Jahrhundert zur Diskussion. WAGNER stellt seine Untersuchungen und deren Ergebnisse in einen direkten Zusammenhang mit der Gesundheit der Menschen: »Was ist `Sanitäres Grün`? Alle Grünflächen und Grünanlagen, die auf die Gesundheit des Menschen fördernden Einfluß haben, wird man als sanitäres Grün bezeichnen können.«¹² Er nimmt dabei u. a. Bezug auf die Abhängigkeit von Lungenerkrankungen vom Vorhandensein von Grünflächen in der Stadt. WAGNER betont zwar, dass die Masse an Grünflächen allein keine unmittelbaren Wirkungen belegen, ihre Wirkung auf die Reinigung der Luft und auf die Möglichkeit der körperlichen Ertüchtigung und Betätigung einen wesentlichen Beitrag leisten können.¹³ Vor diesem Hintergrund entwickelt er seine Mindeststandards für Grünflächen.

Rund 100 Jahre nach der Entstehung vieler Volks- und/oder Stadtparks sind diese Anlagen zum Herzstück der städtischen Erholung und Freizeitgestaltung geworden und zugleich bedeutende Gartendenkmäler. Diese Parks haben ihre Bedeutung für die Gesunderhaltung nicht verloren, sondern müssen heute auf neue, die moderne städtische Gesellschaft belastende Faktoren ausgleichende Angebote bieten. War die Stadtbevölkerung im 20. Jahrhundert überwiegend durch ungesunde Wohnverhältnisse und einseitige schwere körperliche Arbeit geprägt, so ist die moderne Stadtgesellschaft im Berufsalltag eher wenig körperlich aktiv und sucht dafür einen Ausgleich. Zugleich haben in den letzten Jahren Stress und dadurch ausgelöste Krankheiten zugenommen. Gerade große Parks können mit entsprechend ausgerichteten Angeboten ausgleichend und damit vorbeugend wirken oder sogar Orte erfolgreicher Therapien sein. Es gilt deshalb für Landschaftsarchitekten und Freiraumplaner gemeinsam mit Gesundheitsexperten neue Konzepte für große Volks- und Stadtparks des 21. Jahrhunderts zu entwickeln.

In Hamburg wurde mit den Planungen für die Internationale Gartenschau 2013 ein Konzept entwickelt, das sich mit den neuen Herausforderungen für einen großen Volkspark für das 21. Jahrhundert befasst. Die igs 2013 gmbh hat ein Konzept »Sport, Bewegung und Gesundheit« erarbeitet¹⁴ und innerhalb des neuen Volksparks »Wilhelmsburger Inselfpark« eine »Welt der Bewegung« diesem Schwerpunkt gewidmet und gemeinsam mit

11 GRUNERT/JENSEN 2008, S. 46

12 WAGNER 1915, S. 1

13 ebd., S. 3ff

14 vgl. WAGNER-HAUTHAL 2009

Heiner Baumgarten

Sport- und Gesundheitsexperten/innen eine Angebotspalette für modernen Freizeitsport geschaffen. Wichtig ist an dem Konzept, dass es Indoor- wie Outdoor-Angebote gibt, Sport und Bewegung für Jedermann und Leistungssport kombiniert sind sowie der Komplex mit einem Gesundheitszentrum verbunden wird. Das besondere Merkmal dieses Parks sind verschiedene Cross-Over-Projekte, die mehrere Ziele zeitgleich verfolgen:

- sie wollen Jugendliche und Kinder ansprechen und sie an Bewegung und Sport heranführen;
- sie wollen Bildungs- und Sozialarbeit im Stadtteil leisten, um insbesondere für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund oder aus sozial schwachen Familien Chancen für die Zukunft geben oder
- sie wollen gesundheitspräventiv Angebote für alle Altersgruppen im Park anbieten.

In der Zukunft benötigen Parks

- Aktivangebote zum Ausgleich von Bewegungsarmut im Beruf
- Möglichkeiten für individuelles Sporttreiben
- Flexible Gestaltung und Angebote für Trendsportarten
- Animation zur Bewegung
- Kooperation von Sport und Park

Voraussetzung für ein solches Konzept ist ein funktionierendes Parkmanagement und eine Koordinationsstelle für Sport und Bewegung im Park. Beides ist mit dem Park-Sport-Konzept im Wilhelmsburger Inseelpark in Hamburg gelungen.

Öffentliche Freiräume als Bühne des Sports

Immer mehr Bürgerinnen und Bürger nutzen ihr unmittelbares Wohnumfeld und die attraktivsten Orte der Stadt, um sportlich aktiv zu sein. Dieser Trend zum selbstbestimmten Sporttreiben geschieht nicht zuletzt auch aufgrund der sich wandelnden Arbeitsprozesse und -strukturen. Aufgrund dieser Tendenzen wurden in den letzten Jahren für einige Städte Sportentwicklungsplanungen aufgestellt, die Konsequenzen für den Sport und die Angebotsplanung in Parks und in der städtischen Landschaft aufzeigen sollten. So kommt z. B. eine Untersuchung in Berlin durch die Universität Osnabrück, Prof. Christian Wopp, zum Ergebnis, dass die Natur, d.h. der Wald oder die Parkanlage in der Stadt, ein zunehmend wichtiger Ort für Sport- und Bewegungsaktivitäten ist. Zusammen mit den Straßen findet auf diesen Frei- und Verkehrsflächen fast die Hälfte aller Sport- und Bewegungsaktivitäten statt.¹⁵

Aus diesen Erkenntnissen ergibt sich u. a. der Schluss, dass Sport heute von vielen aktiven Menschen nicht primär unter dem Leistungs- und Konkurrenzgedanken betrieben wird, sondern vielmehr zu einem Bedürfnis wird sich an der frischen Luft zu bewegen und/oder etwas für die eigene Gesundheit und das Wohlbefinden zu tun. Sport wird als Bewegung verstanden als Ausgleich zum bewegungsarmen Berufsalltag. Ungeachtet der Schnelllebigkeit vieler Erscheinungen geht man davon aus, dass die Schwerpunkte »Freizeit« und »Gesundheit« sowohl für gesellschaftliche Trends als auch für Entwicklungen

15 vgl. SENATSVORWORT FÜR INNERES UND SPORT 2008

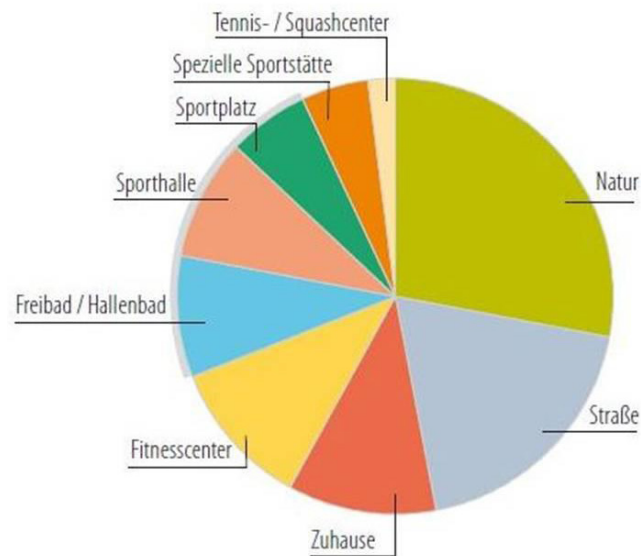


Abb. 3 Untersuchung zum Sportverhalten

im Sport noch länger anhaltend prägend sein werden.

Längst ist klar, dass gesunde Bewegung nicht lediglich in den traditionellen Sportarten repräsentiert ist. Folgerichtig ist von Sport und Bewegung zu sprechen, geht es doch um ein sehr breites Spektrum der Bewegungskultur ...«¹⁶. Daraus wird deutlich, dass die neue Sport- und Bewegungskultur sich einerseits auf fast alle Freiräume in der Stadt und andererseits auf alle Generationen erstreckt. Die Motivation sich zu bewegen ist sehr vielschichtig, hat ihren Kern aber oft im Ziel sich gesund und fit zu halten; dies gilt für die ältere wie für die junge Generation.

»ParkSport« als Trend und Marke

Mit dem Wilhelmsburger Inselpark in Hamburg wurde nach seiner endgültigen Fertigstellung nach Abschluss der igs 2013 (internationale gartenschau hamburg 2013) ein moderner Volkspark des 21. Jahrhunderts geschaffen, der mit dem ParkSport-Konzept die Anforderungen an die Bedürfnisse einer neuen Bewegungskultur erfüllt.

Voraussetzungen dafür waren:

- Schaffung und Besetzung einer Stelle »Parkmanagement«
- Schaffung und Besetzung einer Stelle »Eventmanagement«
- Schaffung einer Organisation für das Konzept ParkSport

Diese Anforderungen wurden von der igs 2013 formuliert und in 2014 mit Übergabe des neuen Parks an das Bezirksamt Hamburg-Mitte umgesetzt.

Die Organisation des ParkSport-Konzepts wurde in die Aufgabe einer neu gegründeten »ParkSport-Genossenschaft« gelegt, deren Mitglieder eine Hamburger Bank, die im Inselpark ansässigen gewerblichen Sportanbieter und Gastronomiebetreiber sowie die im

16 WAGNER-HAUTHAL 2009, S. 6

Heiner Baumgarten

Stadtteil ansässigen Sportvereine sind. Eine von der gemeinnützigen Genossenschaft eingestellte Sportwissenschaftlerin sorgt seitdem für die Koordination von Sport und Grün im Park, stellt gemeinsam mit der Parkmanagerin und Eventmanagerin ein Jahresprogramm für Veranstaltungen auf, die parkverträglich sind und sorgt für die partnerschaftliche Einbindung der kleinen Vereine und der Parkbesucher.

Parkmanagerin und Eventmanagerin sind nicht nur für den Wilhelmsburger Inseelpark verantwortlich, sondern auch für den bekanntesten Hamburger Park Planten un Blomen wenn es um Koordination und Veranstaltungen geht. Beide sind organisatorisch verbunden mit den jeweiligen technischen Leitungen der Parks, so dass eine grün- und naturverträgliche Nutzung des Parks gesichert werden kann.

Das ParkSport-Konzept basiert auf folgender Idee:

- Für Parkbesucher werden Angebote Bewegungsmöglichkeiten gezeigt, die neugierig machen
- Lust auf Mitmachen erzeugen durch ungewöhnliche Angebote und Aktivitäten; ggf. Animation
- eine kontinuierliche Betätigung/Beteiligung fördern
- den Ehrgeiz auf Steigerung ansprechen
- ggf. Angebote für regelmäßige Aktivitäten im Vereinsrahmen anbieten
- ggf. zum Leistungsgedanken/-sport führen

So bietet das Konzept Motivation für alle Genossenschaftsmitglieder wie auch für jeden Parkbesucher sich zu beteiligen, wie nachfolgende Beispiele verdeutlichen mögen.



Abb. 4 und 5 Kletterspaß und –sport



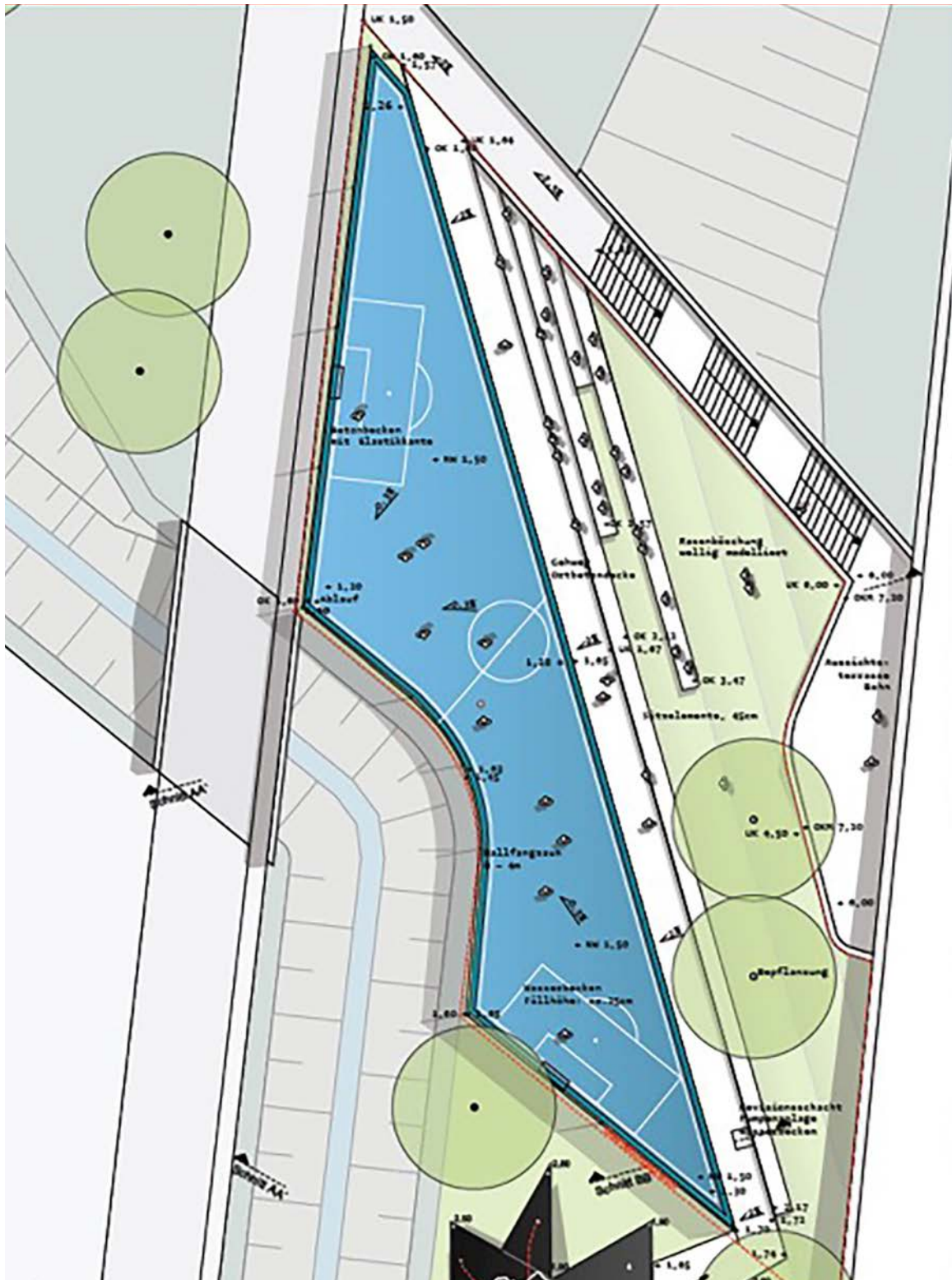


Abb. 5 (links unten) und 6 (rechts) Aqua-Soccer
Spiel und Spaß für alle auf einem ungewöhnlichen Spielfeld

Heiner Baumgarten



Abb. 7 Skaten als Hobby oder Herausforderung



Abb. 8 Gymnastik, Qi Gong und mehr



Abb. 9 Minigolf – mal ganz anders



Abb 10 Laufen als Trendsport



Abb. 11 und auch eine Bühne für die Profis



Abb. 12 beim Erwerb des ersten „ParkSport-Abzeichens“ für Jedermann

Reflektion zum Thema Grün und Gesundheit

Resumée und Perspektiven

Grün und Gesundheit haben – wie sich aus den kurzen Reflektionen zeigt – viele gemeinsame Ansätze.

Die größte Bedeutung von Grün für die Gesundheit liegt in der Möglichkeit diese für die aktive Gesunderhaltung im Freien zu nutzen. Der Trend zum Sport im Freien nimmt stetig zu und spielt sich nicht mehr nur im Verein und auf normierten Sportplätzen oder in Sporthallen ab, sondern wird individuell allein oder in Gruppen an öffentlichen Orten gestaltet. Dabei spielen öffentliche Parks in der Stadt eine besonders herausgehobene Rolle, da sie frei verfügbar und erreichbar sind.

Wichtig für die Freiraum- und Stadtplanung ist, dass gemeinsam mit Mediziner*innen und Sportexperten neue Wege und Kooperationen entwickelt werden bei der Gestaltung von Parks und Freiräumen. Maßstäbe für eine Planung und Gestaltung einer »Gesunden Stadt« fehlen weitgehend noch, werden aber angesichts der steigenden Belastung der Menschen in der Stadt durch die Auswirkungen des Klimawandels dringend benötigt.

Anforderungen an Parks unterliegen einem ständigen Wandel, die aus veränderten Freizeitgewohnheiten resultieren können oder auch aufgrund vermehrt gepflegter kultureller Verhaltensweisen zugewanderter Bürger. Auch die neuen Erkenntnisse über die Wünsche der verschiedenen Altersgruppen hinsichtlich einer Parknutzung sind zu berücksichtigen: mehr Bewegungsangebote für Jugendliche, Räume für Meditation, Fitnessstrecke für Senioren etc. Parks benötigen für die Bewältigung dieser vielseitigen Ansprüche »multitalentierten Räume«, die verschiedene Aktivitäten zeitgleich wie nacheinander zulassen. Große Parks mit einem vielseitigen Angebot werden deshalb künftig ein Parkmanagement benötigen, das z. B. Aufgaben des Veranstaltungsmanagements oder als Gesundheitscoach für Parkbesucher übernimmt. Parkbesucher hätten damit einen Ansprechpartner für Probleme und Wünsche; das Veranstaltungsmanagement wäre in der Rolle eines »Gastgebers« für das Wohlbefinden seiner Besucher verantwortlich.

Auch Natur- und Umweltverbände sollten erkennen, dass sie sich aktiv an solchen Planungen beteiligen müssen und sich nicht nur auf die Rolle der Kritiker beschränken. Gerade die Kenntnisse von Umweltexperten sind bei der Gestaltung der Städte angesichts der in Städten besonders spürbaren Klimaveränderungen erforderlich. Eine neue Stadtökologie für das 21. Jahrhundert wird ohne Schwerpunkt Gesundheit nicht auskommen.

Heiner Baumgarten

Literaturverzeichnis

- FLADE, DR. ANTJE (2010): Natur – psychologisch betrachtet; Verlag Hans Huber; Bern 2010
- FREIE UND HANSESTADT HAMBURG – UMWELTBEBÖRDE (1999): Besucher- und Bedarfsuntersuchung im Altonaer Volkspark, Hamburg 1999
- GRAHN, PATRICK, STIGSDOTTER, ULRIKA A. (2003): Landscape Planning and Stress; in: Urban Forestry & Urban Greening 2 (1), S. 1 - 18
- GRUNERT, HEINO, JENSEN, KIRA (2008): Der Altonaer Volkspark – Eine Parkplanung zum Wohl der Volksgesundheit; in: DGGL Jahrbuch 2008, S. 43 – 46
- HELDMANN, STEPHAN (2010): Gesund – Grün – Sozial - Ziele für eine zukünftige Stadt-Grün-Entwicklung am Beispiel Frankfurt/Main; in: Stadt und Grün (59), Heft 12; S. 36 – 43
- KROSIGK, KLAUS-HENNING VON (2008): Krankenhausgärten des ausgehenden 19. und frühen 20. Jahrhunderts; in DGGL Jahrbuch 2008, S. 29 – 35
- NAGEL, GÜNTER (2008): Sozialhygienische Ideen im Städtebau – Eine Annäherung an Leitbilder; in: DGGL Jahrbuch 2008, S. 36 - 42
- NATH-ESSER, DR. MARTINA (1997): Die Entwicklung der Volkspark in Hamburg und Altona; in: Volkspark und Architektur, Schriftenreihe des Vereins Fritz-Schumacher-Kolloquium e. V.; S. 46 – 84; Verlag Sautter + Lackmann, Hamburg 1997
- SENATSVORWALTUNG FÜR INNERES UND SPORT BERLIN 2009: Sport in Berlin – „Untersuchung zum Sportverhalten“
- STIFTUNG DIE GRÜNE STADT (2009): Gesundes Grün – Die Wirkung von Pflanzen auf unser Wohlbefinden; Bad Honnef 2009
- WAGNER, MARTIN (1915); Das sanitäre Grün der Städte – Ein Beitrag zur Freiflächentheorie; Dissertation an der Bergakademie Freiburg; Carl Heymanns Verlag Berlin 1915
- WAGNER-HAÜTHAL, BEATE (2009): Sport, Bewegung und Gesundheit – Themenschwerpunkt der internationalen Gartenschau hamburg 2013; unveröffentlichtes Konzeptpapier, Hamburg 2009

Abbildungsverzeichnis

Abb. 1 Bayrisches Landesamt für Garten- und Weinbau (1999): Auswirkung der Innenraumbegrünung in Büros auf Gesundheitszustand, Wohlbefinden und Arbeitsleistung

Abb.2 Bayrisches Landesamt für Garten- und Weinbau (1999): Auswirkung der Innenraumbegrünung in Büros auf Gesundheitszustand, Wohlbefinden und Arbeitsleistung

Abb. 3 aus: Senatsverwaltung für Inneres und Sport Berlin: Sport in Berlin – „Untersuchung zum Sportverhalten“, S. 24

Alle weiteren Abbildungen: igs 2013 gmbh

»Konzepte von Landschaft und Gesundheit stehen in einem engen Wechselspiel – sind allerdings aufgrund der Vielfalt der darin Vorstellungen begrifflich nur schwer zu fassen und haben sich seit Gesler (1992) das Konzept der »therapeutischen Landschaften« in die Diskussion eingebracht hat noch weiter ausdifferenziert. Für Planung und Gestaltung, wie sie im Spektrum der Landschaftsarchitektur praktiziert wird, ergeben sich hier wesentlich Aufgaben und Ausbildungsinhalte sowie neue Forschungsfragen.«

Cord Petermann

Landschaft und Gesundheit

Dass es einen Zusammenhang von »Landschaft« und »Gesundheit« gibt, kann als eine Alltagserfahrung betrachtet werden, die bspw. viele Menschen dazu animiert, in den Wald oder an einen See zu gehen, um sich zu erholen. Landschaft und Gesundheit stehen allerdings jeweils für eine Vielzahl an unterschiedlich ausgeprägten Phänomenen, so dass das Konstrukt von »Gesundheits-Landschaften«¹ in diesem Beitrag durch eine schrittweise Annäherung erschlossen werden soll.

Einführung - Begriffe von Landschaft

Was meinen wir, wenn wir von Landschaften sprechen? Dies soll in Hinblick auf zwei Perspektiven angedeutet werden. In Anlehnung an KÜHNE (2008) kann unterschieden werden in Landschaft als genutzter Raum, als politischer Raum und empfundener Raum. Bezogen auf die »Ostfriesische Landschaft« entstand die genutzte Landschaft bspw. durch Deichbau und Kultivierung von »Ödland« zu Wiesen und Äckern. Für die politische Dimension, d.h. die territoriale Abgrenzung von Hoheitsrechten, steht noch heute der Kommunalverband »Ostfriesische Landschaft«, der im Mittelalter als die Vertretung der Landstände gegenüber den Landesherren entstanden war.

Die empfundene Landschaft findet in dem Gemälde »Norddeutsche Landschaft« von Heiner Altmeppen aus dem Jahr 1981 (vgl. Abb. 1) eine Entsprechung – es ist plakativ in Em-



Abb. 1: Die ostfriesische Landschaft im Emdener Stadtbild (Foto: C. Petermann)

¹ vgl. GEBHARD, KISTEMANN 2016

Landschaft und Gesundheit

den sowohl in der Kunsthalle auch im Stadtbild zu finden und dient als Image- und Identifikationsobjekt mit der Landschaft Ostfrieslands. Neben diesen historisch unterschiedlich besetzten Bedeutungen von Landschaft sind nach RODEWALD (2010) als Dimensionen auch eine objektive Realität (d.h. eine physische, erfahrbare Realität in Form von Bergen, Wald Gewässern, Straßen etc.), eine subjektive Metapher (bspw. als eine Übertragung in Träume, Erinnerungen oder Mystik) und ein intersubjektives Konstrukt (Landschaft als gedankliches Gebilde im Diskurs von Wissenschaft, Politik oder Gesellschaft) zu unterscheiden.

Bei »Gesundheits-Landschaften« ist also immer zu klären, in welchem Kontext hier von Landschaft gesprochen wird.

Facetten von Gesundheit

Aber was macht eigentlich »Gesundheit« aus? Die Antwort fällt ähnlich vielschichtig aus wie die Definition von »Landschaft«. Gesundheit als die Abwesenheit von Krankheit zu sehen, stellt sicher nicht mehr das allgemeine medizinische Verständnis dar. Unerreichbar scheint aber auch die Definition der Weltgesundheitsorganisation (WHO) aus dem Jahr 1948 zu sein, nach der Gesundheit als ein Zustand des vollständigen körperlichen, geistigen und sozialen Wohlbefindens zu verstehen sei. Stärker relativierend ist die Ottawa-Charta der WHO von 1986, nach der Gesundheit ein positives Konzept darstellt, das die Bedeutung von persönlichen und sozialen Ressourcen für Gesundheit ebenso betont wie von körperlichen Fähigkeiten. Vielen Gesundheitskonzepten liegt heute ein von ANTONOVSKY (1981) geprägtes Verständnis zugrunde, nach dem Gesundheit und Krankheit als Endpunkte eines Kontinuums anzusehen sind und sich nicht gegenseitig ausschließen. Das unter dem Begriff der Salutogenese thematisierte Konzept stellt einen Zusammenhang von Gesundheit und dem Kohärenzgefühl, einer Art Urvertrauen her. Dieses entsteht demnach durch

- die Fähigkeit, die Zusammenhänge des Lebens zu verstehen (Verstehbarkeit),
- die Überzeugung, das eigene Leben gestalten zu können (Handhabbarkeit),
- den Glauben, dass das Leben einen Sinn hat (Sinnhaftigkeit).

Antonovskys Konzept der Salutogenese hebt damit die Dichotomie von Gesundheit und Krankheit auf und lenkt den Blick auf eine dynamische, mehrdimensionale Lebenssituation.

Gesundheitswirkungen von Landschaften

Unterstützen Landschaften nun diese Anforderungen, d.h. können sie uns »zeigen«, wie wir uns in den Zusammenhängen des Lebens bewegen, wie wir unser Leben und sein Umfeld gestalten können und welchen Sinn unsere Existenz haben kann? Im Folgenden soll dies anhand der von RODEWALD (2010) auf der Grundlage von ABRAHAM et al. (2007) beschriebenen Effekte von Landschaften auf das physische, psychische und soziale Wohlbefinden umrissen werden.

Förderung des physischen Wohlbefindens

Positive Wirkungen entfalten Landschaftsräume (z.B. Wälder oder Parks), indem sie physische Aktivitäten anregen, d.h. zu Bewegung in unterschiedlicher Form animieren (Wandern, Klettern, Schwimmen etc.). Dies wird unterstützt, wenn die Räume von der Lage, der Erschließung und Gestaltung und den Pflanzen »ansprechen« und wenn sie gleichzeitig verkehrsarm (d.h. anthropogene Störungen auf ein minimales Maß reduziert bleiben) und sicher sind. Solche Landschaftsräume fördern insbesondere die motorische Entwicklung von Kindern und Jugendlichen.

Förderung des psychischen Wohlbefindens

Landschaftsräume können die Konzentrationsfähigkeit fördern und Stress reduzieren, wenn sie bspw. natürliche Elemente enthalten, eine Distanz zum Alltag bieten, Anziehungspunkte enthalten, das Entdecken von Neuem ermöglichen und den Wünschen der Nutzenden entsprechen. Sie sollten hierfür als angenehm empfunden werden (dies kann sich auch auf die Klangumwelt beziehen) und nicht verängstigen oder verunsichern. Dann können sie auch positive Emotionen stärken, die Frustrationstoleranz erhöhen und Identifikationsprozesse stärken. Insbesondere bei Kindern und Jugendlichen fördern grüne Räume die kognitive und emotionale Entwicklung, wenn sie reich an Vegetation sind, Identifikation mit dem Raum und kreatives Spiel ermöglichen und ein geringer Lärmpegel besteht.

Förderung des sozialen Wohlbefindens

Im städtischen Umfeld fördern sichere, vegetationsreiche Räume auch soziale Kontakte, die Bildung von Gemeinschaften und die Förderung von sozialem und ökologischem Engagement. Die Ästhetik und die räumliche Bindung spielen hierfür wiederum eine wichtige Rolle. Ebenso das Angebot an Führungen für Gruppen oder die Option, einen gestalterischen, kreativen Einfluss auf das Gebiet nehmen zu können. Diese (unbeaufsichtigten) Aneignungsprozesse sind insbesondere für die Entwicklung von Kindern und Jugendlichen von hoher Bedeutung

Formen von Gesundheitslandschaften

Gemäß den vorangehenden Ausführungen können »Gesundheitslandschaften« nun als ein von mehreren Dimensionen geprägtes Gebilde verstanden werden (Abb. 2). Sie sind einerseits abhängig von den individuellen oder kollektiven Zugängen zur Landschaft und andererseits von den erwarteten Wirkungen bzw. den verfolgten Bedürfnissen der jeweiligen Landschaftsnutzer in Hinblick auf ihr Wohlbefinden.

So gesehen gibt es also nicht »die« Gesundheitslandschaft, sondern sehr unterschiedliche Ausprägungen von Gesundheitslandschaften, die sich sowohl auf der Ebene objektiver räumlicher Gegebenheiten und physischer Wirkungen bewegen können als auch ein subjektives Bild eines Raumes in Verbindung mit guten Gefühlen zu dieser Landschaft ausmachen können. Verschiedene Formen solcher Räume soll im Folgenden beispielhaft



Abb.2: Mehrdimensionalität von Gesundheitslandschaften

benannt werden.

Heilende Landschaften der Antike

Nach VÖLKER (2016, S. 109) stellte bereits Hippokrates von Kos um 400 v. Chr. zwischen Gesundheit und Krankheit sowie Natur und Umwelt eine Verbindung her. Diese war u.a. geprägt von Klima, Jahreszeiten und Wasserqualität und wurde durch regionale Unterschiede in der Gesundheit deutlich. Unter dem Begriff der »Salubrität« von Orten wurde demnach schon damals der therapeutische Nutzen von Höhen- oder Wüstenklimas für Lungenkranke thematisiert.

Heil- und Kurbäder der Moderne

Viele der heute in Deutschland existierenden Heil- und Kurbäder sind im 18./19. Jahrhundert als eine Frühform des Gesundheitstourismus entstanden. Eine staatliche Anerkennung erlangen können »Gebiete ..., die besondere natürliche Gegebenheiten – natürliche Heilmittel des Bodens, des Meeres, des Klimas – für Kuren zur Heilung, Linderung oder Vorbeugung von Erkrankungen«² aufweisen. Einige dieser über 300 Kurorte fassen nicht nur ihren Kurpark als therapeutisches Mittel auf, sondern sprechen auch von der die Orte umgebenden »therapeutischen Landschaft« und sehen dies als einen Baustein für die Anerkennung als UNESCO-Weltkulturerbe.³

² vgl. DHV / DTV 2016, S. 31

³ vgl. BAD HOMBURG 2016

Therapiegärten im Umfeld von Gesundheitseinrichtungen

Außenräumen an medizinischen oder pflegerischen Einrichtungen in Form von Gärten oder Parks – Schätzungen gehen von über 400 Therapiegärten allein in Deutschland aus⁴ – kommt eine hohe gesundheitliche Wirkung zu, die oft durch spezielle therapeutische Methoden wie die Gartentherapie unterstützt wird. Zunehmend wird mit diesen Einrichtungen aber auch der Anspruch verbunden, nicht nur für die Patienten oder Bewohner einen Nutzen zu stiften, sondern offen für das sie umgebende Quartier zu sein.

Orte der Entschleunigung

»Im hektischen Großstadtgetriebe bräuchten die Menschen Orte der Entschleunigung«, wird die Münchner Stadtbaurätin Elisabeth Merk in der Süddeutschen Zeitung (2016) zitiert. Darauf wird aktuell das Münchener Freiraumkonzept neu ausgerichtet. Geprägt hat diese Sichtweise in starkem Maße der Soziologe HARTMUT ROSA (2016), der als Reaktion auf die Beschleunigung der Gesellschaft einen Bedarf der Bevölkerung an intentionaler Entschleunigung, z.B. in Klöstern und Museen, oder das Wahrnehmen natürlicher Geschwindigkeitsgrenzen (Zyklen der Natur) konstatiert.

Großräumige Naturlandschaften wie Naturparke

Großräumige Erholungsräume – in denen auch »Entschleunigung« möglich ist – stellen die gut 90 Naturparke in Deutschland dar. Naturparke wie Terra.Vita und die Vulkaneifel sind Beispiele für die Verzahnung von Naturschutz und Gesundheit unter dem Dach einer »therapeutischen Landschaft«, in der sowohl klassische Gesundheitsinfrastruktur (z.B. Kureinrichtungen) bereitgestellt als auch ruhige, landschaftsgebundene Erholung ermöglicht wird. Im Naturpark wird der Ansatz verfolgt, im Zuge von Landschaftspflegemaßnahmen natürliche Heilpflanzen wie Arnika und Mädesüß zu erhalten und therapeutisch zu nutzen.⁵

»Green Care«-Gebiete

Der relativ junge Begriff »Green Care« vereint die in den vorangehenden Beispielen angeführten Facetten von therapeutischen Landschaften und ergänzt dies noch durch Aspekte von »sozialer Landwirtschaft«. Ein pädagogischer und therapeutischer Wert landwirtschaftlicher Betriebe (z.B. im Rahmen von tiergestützten Therapien) wird seit Jahren in Fachkreisen diskutiert und in vielen Projekten gelebt. Eine besondere öffentliche Förderung dieses Themas findet in Österreich statt, wo sich auch die Landwirtschaftskammer aktiv in die Entwicklung von Gesundheitsdienstleistungen auf landwirtschaftlichen Betrieben einbringt.⁶

4 vgl. NEUBERGER 2011

5 vgl. PORZELT 2012, S. 184

6 vgl. GMEINER 2014

Fazit

Konzepte von Landschaft und Gesundheit stehen in einem engen Wechselspiel – sind allerdings aufgrund der Vielfalt der darin Vorstellungen begrifflich nur schwer zu fassen und haben sich seit Gesler (1992) das Konzept der »therapeutischen Landschaften« in die Diskussion eingebracht hat noch weiter ausdifferenziert. Für Planung und Gestaltung, wie sie im Spektrum der Landschaftsarchitektur praktiziert wird, ergeben sich hier wesentlich Aufgaben und Ausbildungsinhalte sowie neue Forschungsfragen.

Literaturverzeichnis

ABRAHAM, ANDREA; SOMMERHALDER, KATHRIN; BOLLIGER-SALZMANN, HEINZ; ABEL, THOMAS (2007): Landschaft und Gesundheit. Das Potential einer Verbindung zweier Konzepte. Bern, 72 S.

ANTONOVSKY, AARON (1981): Health, Stress, and Coping. Jossey-Bass. San Francisco
Bad Homburg (2016): Therapeutische Landschaft. Im Internet unter: https://www.bad-homburg.de/kultur/archiv-geschichte/weltkulturerbe/Therapeutische_Landschaft.php [04.01.2017]

DHV - DEUTSCHER HEILBÄDERVERBAND / DTV – DEUTSCHER TOURISMUSVERBAND (2016): Begriffsbestimmungen / Qualitätsstandards für Heilbäder und Kurorte, Luftkurorte, Erholungsorte. Berlin, S. 156

GEBHARD, ULRICH; KISTEMANN, THOMAS (2016): Therapeutische Landschaften: Gesundheit, Nachhaltigkeit, „gutes Leben“. In: GEBHARD, ULRICH; KISTEMANN, THOMAS (Hrsg.) (2016): Landschaft, Identität und Gesundheit. Zum Konzept der Therapeutischen Landschaften. Springer. Wiesbaden S. 1-17

GESLER, WILBERT (1992): Therapeutic landscapes. Medical issues in light of new cultural geography. Social Science and Medicine 34(7), S. 735-746.

GMEINER, HANS (2014): „Green care“ schafft neue Perspektiven. Ein Erfolgsbeispiel aus Österreich. In: Bauernblatt. Amtliche Mitteilungsblatt der Landwirtschaftskammer Schleswig-Holstein. 11/2014, S. 29-30

KÜHNE, OLAF (2008): Distinktion – Macht – Landschaft. Zur sozialen Definition von Landschaft. VS Verlag für Sozialwissenschaften. Wiesbaden

NEUBERGER, KONRAD (2011): Ansätze zu einer Integrativen Gartentherapie - Zur Geschichte, Verbreitung, integrativem Gedankengut, Methoden, Praxis und Literatur In: Integrative Therapie. Band 37, 4/2011, S. 407-464

PORZELT, MARTINA (2012): Naturtourismus in Schutzgebieten am Beispiel der deutschen Naturparke. In REIN, HARTMUT; SCHULER, ALEXANDER (Hrsg., 2012): Tourismus in ländlichen Regionen. Gabler, Wiesbaden, S. 171-189

RODEWALD, RAIMUND (2010): Landschaft und Gesundheit – Theorie und Praxis zweier verbundener Konzepte. Schweizerische Zeitschrift für Forstwesen 161/3, S. 56-61

ROSA, HARTMUT (2016): Resonanz. Eine Soziologie der Weltbeziehungen. Suhrkamp. Berlin, 816 S.
Süddeutsche Zeitung (2016): Alternativen zum Asphalt. Online-Ausgabe vom 11. Januar 2016. Im Internet unter <http://www.sueddeutsche.de/muenchen/erholungsflaechen-orte-der-entschleunigung-fuer-muenchen-1.2813022> [06.01.2017]

VÖLKER, SEBASTIAN (2016): Anthropologische Aspekte des Verhältnisses von Mensch und Natur(-landschaft). In: GEBHARD, ULRICH; KISTEMANN, THOMAS (Hrsg.) (2016): Landschaft, Identität und Gesundheit. Zum Konzept der Therapeutischen Landschaften. Springer. Wiesbaden S. 109-122

Abbildungsverzeichnis

Alle Abbildungen stammen vom Autor

»Die positiven Effekte einer naturräumlichen Umgebung sind mittlerweile nicht nur vielfach wissenschaftlich belegt, sondern auch für jeden einzelnen erfahrbar. Neben Auswirkungen auf die physische Verfassung wird dabei vor allem die psychische Gesundheit verbessert. In der Fachsprache wird diese positive Wirkung der Natur, die als natürliches Therapeutikum wirkt, als »therapeutische Landschaft« bezeichnet. Eine touristische Region, die sich auf diesen Themenschwerpunkt spezialisiert hat, ist das GesundLand Vulkaneifel.«

Kathrin Bayerschen

GesundLand Vulkaneifel – Qualifizierung und Beratung

Einleitung

Die positiven Effekte einer naturräumlichen Umgebung sind mittlerweile nicht nur vielfach wissenschaftlich belegt, sondern auch für jeden einzelnen erfahrbar. Neben Auswirkungen auf die physische Verfassung wird dabei vor allem die psychische Gesundheit verbessert. In der Fachsprache wird diese positive Wirkung der Natur, die als natürliches Therapeutikum wirkt, als »therapeutische Landschaft« bezeichnet. Eine touristische Region, die sich auf diesen Themenschwerpunkt spezialisiert hat, ist das GesundLand Vulkaneifel.

Das GesundLand Vulkaneifel

Das GesundLand Vulkaneifel ist eine Teilregion der Eifel und umfasst das Gebiet rund um die Verbandsgemeinden Daun, Ulmen und Wittlich-Land. Bereits 2009 entstand die Idee zum Projekt. Im Rahmen eines Ideenwettbewerbs für Heilbäder und Kurorte, den das Land Rheinland-Pfalz ausschrieb, schlossen sich die Kurorte Daun, Manderscheid und Bad Bertrich zusammen und stellten ein gemeinsames Konzept vor. Dabei war die Leitidee, sich gemeinsam als therapeutische Landschaft zu positionieren. Der hohe Innovationscharakter überzeugte die Jury, sodass das neu gegründete GesundLand Vulkaneifel sich als einer der Gewinner des Wettbewerbs über Fördergelder der EU und des Landes Rheinland-Pfalz freuen durfte. In den nun folgenden Jahren arbeiteten Mitarbeiter und Partner der verschiedenen Verbandsgemeinden intensiv daran, das Projekt, das unter dem Namen »GesundLand Vulkaneifel GbR« auftrat, voranzutreiben. Eine gemeinsames Tourismus Service Center wurde geschaffen, die Marketingabteilungen zusammengelegt, eine neue Geschäftsführung gesucht. 2014 hatte sich das Projekt dann soweit etabliert, dass es als GesundLand Vulkaneifel GmbH in das Handelsregister eingetragen wurde. Gesellschafter sind die Verbandsgemeinde Daun, die Verbandsgemeinde Wittlich-Land (ehemals Manderscheid), die Verbandsgemeinde Ulmen und die Ortsgemeinde Bad Bertrich.

Auf der anderen Seite treiben auch die Betriebe selbst die Vermarktung der Region weiter voran. Sie organisieren sich in der Genossenschaft Gesundheitslandschaft Vulkaneifel eG. Die GesundLand Vulkaneifel GmbH hat ihren zentralen Sitz in Daun. Von hier aus erfüllt sie die folgenden Aufgaben, die im Gesellschaftervertrag festgehalten wurden:

1. Strategische Förderung und Weiterentwicklung der Marke
2. Ausbau des gemeinsamen Qualitätsmanagements
3. Gemeinsame Marktbearbeitung
4. Leitung und Koordination des Gäste- und Anbieterwesens
5. Kooperation mit lokalen Partnern

Die Vision ist, bis 2020 Kompetenzführer für therapeutische Landschaften in Deutschland zu sein. Die Mission ist die nachhaltige Gesundheitsförderung durch Natur- und Landschaftserlebnisse. Die Markenessenz lautet: »Spüre die ursprüngliche Kraft der Erde«. Ihr wurden die folgenden Markenwerte zugeordnet: ursprünglich-rein, erdend, kraftvoll-stabilisierend, lebendig-anregend.

Die WHO prognostiziert, dass im Jahr 2020 Depressionen und ähnliche psychische Erkrankungen die größte Quelle für Krankheiten sein werden. Dem gegenüber steht das Wissen, dass die psychische Verfassung die physische Verfassung beeinflusst. Die Folge der psychischen Erkrankungen können Herzerkrankungen, Asthma, Diabetes und andere physische Erkrankungen sein. Dieses Phänomen leitet sich unter anderem davon ab, dass immer weniger Natur in städtischen Umgebungen vorhanden ist. Möglichkeiten zur Prävention oder Rehabilitation fehlen und das Stresslevel wird erhöht.¹ Denn die Art des »Draußenseins« hat einen erheblichen Einfluss auf den Erholungseffekt: Die Bewegung entlang von Straßen ist nicht so wirksam wie der Gang durch eine naturnahe Landschaft.² Erstmals in einen wissenschaftlichen Kontext gebracht wurde das Thema im Jahre 1992 durch den amerikanischen Sozialbiologen Wilbert Gessler. In seinem Aufsatz »Therapeutic landscapes. Theory and a case study of Epidauros« beschreibt er den wohltuenden Effekt einer naturräumlichen Umgebung auf die körperliche und seelische Verfassung. Zwei wichtige Faktoren müssen laut Gessler dafür gegeben sein:

1. Landschaften mit malerischer Kulisse
2. Landschaften, die durch eine reichhaltige Ausstattung an Gesundheitseinrichtungen gekennzeichnet sind

Erst wenn beide Faktoren gegeben sind, darf man von »Therapeutischen Landschaften« sprechen.³

Natur und Landschaft dienen dann als salutogene Faktoren und sind wichtige Gesundheitsressourcen, die geschützt werden müssen.⁴

Die Wissenschaft beschäftigt sich mit diesem Thema seit der Jahrhundertwende. Zahlreiche Vorträge und Veranstaltungen wurden organisiert, doch nach wie vor herrscht ein Mangel an empirischen Belegen. Doch obgleich das Konzept der »Therapeutischen Landschaft« noch nicht umfassend genug validiert wurde, sind die vielfältigen gesundheitsfördernden Wirkungen von Natur- und Landschaftserlebnissen unumstritten: Besonders die mentale Gesundheit und das Wohlbefinden werden gefördert. Die Konzentration steigt, die Zufriedenheit nimmt zu, Menschen entwickeln plötzlich ein positiveres Selbstbild und darauf aufbauend mehr Selbstvertrauen. Bei ADHS-kranken Kindern wurde eine Verbesserung der Symptome beobachtet. Daraus abgeleitet ergibt sich auch eine Verbesserung der körperlichen Verfassung, beispielsweise durch Absenkung des Blutdrucks oder durch Stärkung des Immunsystems.⁵

Auch im Ausland ist dieses Phänomen bekannt. In Norwegen ist schon seit längerem das sogenannte »Friluftsliv«, also das Leben unter freiem Himmel, ein großes Thema. In Japan wird das »Waldbaden«, das Spaziergehen im Wald bedeutet, praktiziert.

1 PRETTY 2005, S.2

2 BRÄMER 2008, S. 3

3 GESSLER 1992, S. 184

4 CLASSEN 2013, S. 217

5 BRÄMER 2008, S. 5 - 10

Landschaftstherapeutische Einrichtungen – Achtsamkeits-Pfad Kleine Kyll

Im GesundLand Vulkaneifel wurden in den letzten Jahren verschiedene Einrichtungen nach landschaftstherapeutischen Gesichtspunkten gestaltet. Neben dem Kurpark in Daun und dem Landschaftstherapeutischen Park Römerkessel in Bad Bertrich ist hier vor allem der Achtsamkeits-Pfad Kleine Kyll hervorzuheben.

Bereits 2012 wurde die Anlegung eines neuen Pfades rund um den heilklimatischen und Kneippkurort Manderscheid initiiert. In der dreiseitigen Ideenskizze heißt es:

»In Manderscheid soll ein Weg geschaffen werden, der die vorhandenen Potenziale der Natur nutzt und als meditativer und beruhigender Weg zum Stressabbau und zur Entschleunigung beitragen kann.«

Hintergrund für diesen Ansatz ist, dass drei Bereiche der Therapeutischen Landschaft die Primärprävention umfassen:

1. Bewegung
2. Ernährung
3. Entspannung

Punkt eins und Punkt zwei waren bereits auf Wegekonzepte übertragen worden, nun sollte das Phänomen »Überlastungssyndrom« in Manderscheid thematisiert werden. Das Schwerpunktthema Entspannung/mentale Gesundheit sollte durch spezifische Formen der Wegeführung und des Ambientes bzw. durch die Freiraumgestaltung im Tal des Baches Kleine Kyll gefördert werden.

Als Planer für dieses Projekt wurde RMP Stephan Lenzen Landschaftsarchitekten gewonnen. Im ersten Ideenentwurf, der am 08. Juni 2012 vorgelegt wurde, finden sich noch acht verschiedene Stationen, die den Weg begleiten. Im zweiten Entwurf vom 04. September 2012, der dann auch in die endgültige Konzeption überging, sind es nur noch sieben, die im Folgenden vorgestellt werden sollen:



Abb.1: Achtsamkeits-Pfad Kleine Kyll, Manderscheid

Startpunkt ist der Parkplatz Mosenbergblick. Von hier aus gelangen die Besucher zu **Achtsamkeitspunkt 1 „Blick ins Tal“**: Neben dem Blick auf die Übersichtstafel, die den gesamten Weg mit allen Stationen darstellt, kann der Gast hier auch das erste Mal einen Blick ins Tal und damit eine Vorausschau wagen. Weiter geht es dann zum **Achtsamkeitspunkt 2 „Erfrischung und Stärkung“**: Hier wurde das vorhandene Kneippbecken mit in

Kathrin Bayerschen

die Konzeption eingebunden. Es wurde umfassend renoviert und neue Sitzmöbel wurden aufgestellt. **Achtsamkeitspunkt 3 »Regeneration/Rast«** befindet sich dann schon im Tal unmittelbar an der Kleinen Kyll. Die dort befindliche Marienhütte wurde renoviert und freundlicher und heller gestaltet. Außerdem wurden Sitzblöcke in der Nähe des Wassers aufgestellt, die zu verschiedenen Übungen oder Ruhepausen einladen. An der Brücke »Bleimesau« findet sich **Achtsamkeitspunkt 3a »Barfußbadeplatz«**. Treppen führen hinab ans Ufer des kleinen Baches, der die Gäste dazu einlädt, ihre körperliche Wahrnehmung zu sensibilisieren. Die Germanenbrücke als **Achtsamkeitspunkt 4 »Inspiration«** dient gleichzeitig als Wendepunkt des Weges. An dieser Stelle können die Besucher innehalten und bei der Beobachtung der Wasserbewegung neue Inspirationen sammeln. Am **Achtsamkeitspunkt 5 »Ort des Hörens«** wurde eine Geräuschwahrnehmung installiert, die sich aus einem Summstein, einem Dendrophon und einem Geräuschetrichter zusammensetzt. **»Zurück zum Ursprung«**, diesen Titel trägt **Achtsamkeitspunkt 6**. Die dort befindliche Quelle wurde wieder sichtbar gemacht. Außerdem wurden Trittstufen hinab zum Wasser gebaut, sodass die Besucher das Wasser der Quelle probieren können. Die letzte Station ist der **Achtsamkeitspunkt 7 »Zu neuen Ufern«**. Trittsteine führen hier durch die Kleine Kyll und schließen am anderen Ufer wieder an den Hauptweg an. Auf der Wiese wurden Hängematten aufgestellt, in denen die Gäste entspannen können. Über Rasenwege und eine Lichtung führt der Weg von hier aus wieder zum Ausgangspunkt im Klinikgelände.

Der Weg wurde in beide Richtungen mit einem markanten Logo gekennzeichnet und führt nun auf sechs Kilometern entlang der Kleinen Kyll. Jeden Sonntag werden Führungen mit Entspannungscoaches oder Landschaftsmentoren angeboten, die den Teilnehmern dabei helfen, die Bedeutung der einzelnen Stationen besser zu verstehen.

Qualifizierungsprogramm

Im GesundLand Vulkaneifel wurden und werden viele verschiedene Seminare und Fortbildungen angeboten. Allen gemein ist, dass sie auf dem Grundlagenseminar »Therapeutische Landschaft und Salutogenese« aufbauen, das für jeden Interessierten geeignet ist, der einmal in das Konzept der therapeutischen Landschaft hineinschnuppern möchte. In den Jahren 2012 und 2013 wurden in mehrtägigen Seminaren Landschaftsmentoren und Entspannungscoaches ausgebildet, die bis heute mit dem GesundLand Vulkaneifel zusammenarbeiten und beispielsweise bei Wanderungen die Führung der Gäste übernehmen.

Im Zuge der Entwicklung der landschaftstherapeutischen Einrichtungen wurden außerdem gezielte infrastrukturbezogene und individuelle Fortbildungen einzelner Absolventen der beiden zuvor genannten Kurse angeboten. Ziel war es, den Aufbau von Kompetenzen im Bereich Gesundheitstourismus in therapeutischer Landschaft voranzutreiben und die Landschaftsmentoren und Entspannungscoaches zu Markenbotschaftern zu erklären. Dadurch sollte die bestehende aber auch die noch zu entwickelnde Infrastruktur gezielt in gesundheitstouristische Angebote eingebunden werden und sowohl deren Attraktivität als auch die Alleinstellungsmerkmale der einzelnen Landschaftsangebote gesteigert werden. So sieht beispielsweise die infrastrukturbezogene Fortbildung »Achtsamkeits-Pfad Kleine

GesundLand Vulkaneifel

Kyll« vor, das Thema mentale Entspannung/Achtsamkeit in Wanderungen bzw. Führungen einzubauen. Das Wasser der Kleinen Kyll soll bei Kneippanwendungen ebenfalls eine Rolle spielen.

CLASSEN, THOMAS (2013): Naturschutz und vorsorgender Gesundheitsschutz. Gemeinsame Handlungsfelder im Kontext gegenwärtiger Paradigmenwechsel – gerade für Geographinnen und Geographen. In: Standort. Zeitschrift für angewandte Geographie, Jg. 37, Heft 4, S. 217-222

CLASSEN, THOMAS; KISTEMANN, THOMAS (2010): Das Konzept der Therapeutischen Landschaften. In: Geographische Rundschau, Jahrgang 2010, Heft 7-8, S. 40-46

GESLER, WILBERT: Therapeutic landscapes. Theory and a case study of Epidauros, Greece (1992). In: Society and Space. Environment and Planning, Jg. 34, Heft 5, S. 171-189

BRÄMER, RAINER (2008): Grün tut uns gut. Daten und Fakten zur Renaturierung des Hightech-Menschen. In: Dr. Rainer Brämer. <http://www.wanderforschung.de/files/gruentutgut1258032289.pdf> (25.10.2016)

PRETTY, JULES et al. (2005): The mental and physical health outcomes of green exercise. In: Professor Jules Pretty OBE. <http://www.julespretty.com/wp-content/uploads/2013/09/1.-IJEHR-Green-exercise-Pretty-et-al-2005.pdf> (25.10.2016)

»Nach dem zuvor angesprochenen theoretischen Konzept umfasst Green Care jegliche präventiven und gesundheitsfördernden Interventionen für Menschen mit Hilfe natürlicher Elemente. Ziel ist, das physische, psychische oder soziale Wohlergehen eines Menschen, beziehungsweise seine pädagogische oder persönliche Entwicklung zumindest zu erhalten oder wo möglich zu verbessern. Die positiven Effekte wirken auf Gesundheit, Wohlergehen und Lebensqualität.«

Dorit Haubenhofer

Entwicklung von Green Care in Österreich

Einleitung

Green Care an sich ist nichts Neues. Schon seit der Antike ist bekannt, dass körperliche und seelische Beschwerden von Menschen mithilfe von Pflanzen, Tieren und Aufenthalten in der Natur behandelt wurden.

Das Konzept von Green Care, welches in diesem Beitrag vorgestellt wird, nimmt seinen Ursprung in der Cost Action 866 »Green Care in Agriculture«, welche von 2006-2009 unter der Leitung von Norwegen durchgeführt wurde.¹ Die Inhalte der Arbeitsgruppe I umfassten die Förderung und Koordination von Forschungsaktivitäten, die Entwicklung neuer wissenschaftlicher Forschungsansätze sowie die Auseinandersetzung mit Definitionen und Terminologien. Innerhalb der vierjährigen Laufzeit der Cost Action erkannten die österreichischen TeilnehmerInnen dieser Arbeitsgruppe, dass die Akteure, welche sich zum Teil schon seit vielen Jahren mit sozialen Dienstleistungen auf Basis natürlicher Elemente befassen, oftmals mit denselben Realitäten konfrontiert sind, unabhängig davon, in welchen Settings, mit welchen KlientInnengruppen oder in welchen konkreten Inhalten sie tätig sind.

Darum kam man am Ende der Cost-Action zu dem Schluss, ein theoretisches Konzept von Green Care für Österreich zu entwickeln. Dabei wurde zunächst überlegt, den Begriff zu übersetzen bzw. eine deutsch-sprachige vergleichbare Formulierung zu verwenden, um auf die englische Terminologie verzichten zu können. Da man sich jedoch auf keine passende Übersetzung einigen konnte, wurde beschlossen bei »Green Care« zu bleiben. Die Verwendung des englischen Begriffes hat zudem den Vorteil, dass auch eine internationale Kommunikation und Ausdehnung des Begriffes auf Nationen mit anderen Sprachen gut möglich ist und der Begriff innerhalb des deutschsprachigen Raumes vorurteilsfrei eingeführt werden konnte.

Konzeptuelle Definition und Anwendungsbeispiele

Nach dem zuvor angesprochenen theoretischen Konzept umfasst Green Care jegliche präventiven und gesundheitsfördernden Interventionen für Menschen mit Hilfe natürlicher Elemente. Ziel ist, das physische, psychische oder soziale Wohlergehen eines Menschen, beziehungsweise seine pädagogische oder persönliche Entwicklung zumindest zu erhalten oder wo möglich zu verbessern. Die positiven Effekte wirken auf Gesundheit, Wohlergehen und Lebensqualität. Das Konzept inkludiert ein breites Spektrum an Maßnahmen, die allesamt belebte Natur (Tiere, Pflanzen) bzw. unbelebte Naturelemente (Wasser, Steine) beinhalten, welche wiederum im Einzelnen (EIN Tier, EINE Pflanze) oder im Setting (Garten, Bauernhof, etc.) zum Einsatz kommen. Green Care umfasst Interventionen im Bereich der Betreuung, Rehabilitation, Therapie, Pädagogik und Gesundheitsvorsorge.² Grundvoraussetzung dabei ist die Festlegung bestimmter Ziele zur Erhaltung bzw. Verbesserung der Gesundheit und/oder Entwicklung einer Person, die es innerhalb der Intervention zu erreichen gilt und welche bei qualitativ hochwertiger Umsetzung auch dokumentiert und evaluiert werden sollten. Die Natur und ihre Elemente wirken unterstützend dabei, diese Zielsetzungen zu erreichen.

¹ SEMPIK et al., 2010; WIESINGER et al., 2011

² adaptiert aus HAUBENHOFER et al. 2013; WIESINGER et al., 2013

Entwicklung von Green Care in Österreich

Damit werden flexible und vielfältige Einsatzmöglichkeiten geschaffen, die für viele Menschen unter den immer zu berücksichtigenden individuellen Rahmenbedingungen und höchstmöglichen Qualitäts- und Sicherheitsstandards zu einem breiten Spektrum an Wirkungsweisen führen können.

Derzeit in Österreich schon recht gut bekannte Beispiele von Green Care sind tiergestützte Interventionen (mit Heim-, Nutz- oder Reittieren), gartengestützte Interventionen (wie Gartentherapie, (Schul)Gartenpädagogik oder Gemeinschaftsgärten), soziale Landwirtschaft, Natur- und Outdoor- basierte Interventionen sowie Interventionen in Forst und Wald.

Die Entscheidung, im Anschluss an die eingangs genannte Cost-Action das eben geschilderte Konzept von Green Care in der vorliegenden Form zu entwickeln und umzusetzen, wurde ausschließlich in Österreich gefasst. Sie wurde durch geografische, demographische und sozialpolitische Entwicklungen im Lande gefördert, welche begünstigend einwirkten. Deutschland, die Schweiz und weitere Länder haben inzwischen zumindest auf regionaler Ebene vergleichbare Implementierungs- und Umsetzungsmaßnahmen gestartet.

Vom Konzept zur Realität

Seit dem Ende der Cost Action hat das zunächst rein theoretische Konzept von Green Care in Österreich auf drei Umsetzungssäulen Fuß gefasst:

- Praxis
- Wissenschaft (wissenschaftstheoretisch sowie praxisbegleitend)
- Lehre

All diese Säulen sind an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Wien und weiteren Institutionen vertreten. Im Weiteren sollen einige aktuelle Beispiele genannt werden.

1. Aktuelle Beispiele aus der Praxis

Immer mehr praktisch arbeitende Einzelpersonen und Institutionen erkennen die Vorteile, gemeinsam unter dem Sammelbegriff Green Care aufzutreten. Einerseits ermöglicht dies Kooperationen und den Austausch untereinander, andererseits kann man gestärkt mit einer Stimme nach außen sprechen und so mehr Gehör in der Gesellschaft, der Politik, bei Versicherungen und anderen AnsprechpartnerInnen finden.

Der Verein GartenTherapieWerkstatt³ hat seinen Sitz an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik. Gemeinsam mit externen Akteuren betreibt der Verein seit 2006 einen Therapiegarten. Von 2006 bis 2015 wurde zusammen mit dem Geriatriezentrum Wienerwald ein Schwerpunkt dieses agrarpädagogischen und sozialmedizinischen Projekts auf die Rehabilitation der dortigen KlientInnen gesetzt. Zweimal wöchentlich kamen diese aus dem Geriatriezentrum in den Therapiegarten und hatten die Möglichkeit, durch Aktivitäten

3 <http://www.greencare.at/gartentherapiewerkstatt/>

Dorit Haubenhofer

im Garten körperliche und geistige Fähigkeiten wieder zu aktivieren oder zu verbessern. Seit 2015 wird der Therapiegarten in Zusammenarbeit mit dem Integrationsprojekt IGOR im Rahmen eines Flüchtlingsprojektes genutzt. Ende 2016 wurde diesem Flüchtlingsprojekt unter dem Titel »Mit anderen Augen: Vielfalt erleben, Nachhaltigkeit leben« die Auszeichnung »Bildung für nachhaltige Entwicklung – BEST OF AUSTRIA« im Handlungsfeld Kompetenzentwicklung verliehen.

Im Bereich von Gartentherapie und Gartenpädagogik sollen auch die Tätigkeiten des Vereins »Natur im Garten« in Tulln⁴ genannt werden, welche sich sowohl durch praktische Angebote auszeichnen als auch durch die Beauftragung und Durchführung von Studien. Der Verein »Green Care – Wo Menschen aufblühen«⁵ hat seinen Hauptsitz im Gebäude der Landwirtschaftskammer Wien mit Vertretungen in allen österreichischen Landwirtschaftskammern. Er bietet Informationen, Beratungen, Weiterbildungen und Zertifizierungen im Rahmen der sozialen Landwirtschaft und spricht somit Interessierte, Anbieter und KlientInnen in diesem Bereich von Green Care an.

Bei den tiergestützten Interventionen sind das Kuratorium für Therapeutisches Reiten⁶ oder die Tätigkeiten des Vereins »Tiere als Therapie« sowie des Österreichischen Kuratoriums für Landtechnik und Landentwicklung⁷ exemplarisch zu nennen. Auch hier werden Informationen disseminiert, Weiterbildungen bzw. Zertifikate angeboten und Anbieter und Nutzende zusammengeführt. Erstere bieten diese Services für therapeutisches Reiten an, zweitere vornehmlich (jedoch nicht ausschließlich) im Bereich der Klein- und Heimtiere und letztere im Bereich der landwirtschaftlichen Nutztiere.

2. Aktuelle Beispiele aus der Forschung

Forschung wird auf unterschiedlichen Ebenen betrieben – durch StudentInnen an universitären und hochschulischen Bildungseinrichtungen, in Forschungseinrichtungen und anderorts.

An der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik wurde im Jahr 2015 der erste Forschungsknoten Green Care gegründet, ein Zusammenschluss einiger WissenschaftlerInnen und HochschuldozentInnen, welche forschend im Bereich von Green Care tätig sind. Seit 2016 gibt es an der Hochschule auch das Department für Green Care, Urban Gardening und Gartenkultur, welches in Zukunft die entsprechenden Tätigkeiten der Hochschule vermehrt bündeln, nach innen stärken und nach außen tragen wird.

Aktuelle Beispiele zu wissenschaftlichen Tätigkeiten an der Hochschule sind zum einen die Literaturstudie »Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten«, welche durch den Forschungsknoten der Hochschule durchgeführt und herausgegeben wurde. Die Publikation steht unter <http://www.greencare.at/publikationen/> zum Download gratis zur Verfügung. In ihr wurde Literatur aus wissenschaftlichen Fachzeitschriften zu vier unterschiedlichen Formen von Gärten (private Gärten, Gemeinschaftsgärten, Schulgärten sowie heilsame Gärten), welche im Zeitraum zwischen 1980 und 2015 publiziert wurden, gesammelt, bewertet und analysiert. Das Ergebnis ist eine umfassende Übersicht und Evaluation der

⁴ <http://www.naturimgarten.at/>

⁵ <https://www.greencare-oe.at/>

⁶ <http://www.oktr.at/>

⁷ ÖKL, <http://www.oekl-tgi.at/>

Entwicklung von Green Care in Österreich

derzeit wissenschaftlich untermauerbaren Wirkungsweisen dieser vier Gartenformen auf die menschliche Gesundheit. Gleichzeitig werden Mängel, Forschungslücken und Anregungen für zukünftige Forschungstätigkeiten gegeben.

Ein anderes noch laufendes Forschungsprojekt ist die Begleitstudie Förderaktion »Spielplätze und Schulhöfe in Bewegung«, welche an der Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik in Kooperation mit dem Land Niederösterreich, der NÖ Familienland GmbH und der Aktion »Natur im Garten« durchgeführt wird. Die prozessbegleitende Funktion für die einzelnen niederösterreichischen Gemeinden übernimmt dabei das Projektteam Spielplatzbüro der NÖ Familienland GmbH. Den Hintergrund bilden mehrmalige Ausschreibungen des Landes Niederösterreich bis 2019, bei denen finanzielle Mittel für die Neugestaltung von Schulfreiräumen und Spielplätzen zur Verfügung gestellt. Alle niederösterreichischen Gemeinden wurden im Jahr 2014 eingeladen, sich an dieser Förderaktion zu beteiligen und einen Antrag zu stellen. Von allen eingereichten Projekten wurden im ersten Jahr 30 ausgewählt. Auf diesen wurden seit Jänner 2015, 20 Schulfreiräume und 10 Spielplätze entweder neu gestaltet oder umgestaltet, die im Sommer 2016 eröffnet wurden. Die zuvor erwähnte angeschlossene Begleitstudie richtet sich an die um- bzw. neugestalteten Schulfreiräume. Die Auswirkungen auf alle schulinternen Akteure (SchülerInnen, Lehrkörper, Direktion, Personal, Eltern) werden mittels qualitativer und quantitativer Methoden erhoben und analysiert. Dazu gibt es zwei Messpunkte, von denen der erste vor der Umgestaltung, der zweite ein Jahr nach der Umgestaltung liegt. Die Ergebnisse zum ersten Befragungszyklus wurde Oktober 2016 publiziert und stehen unter <http://www.greencare.at/publikationen/> zum Download gratis zur Verfügung. Der Endbericht wird Herbst 2017 vorliegen und ebenfalls über diesen Link bereitgestellt werden.

Des Weiteren entstehen an der Hochschule laufend neue Bachelor- und Masterthesen zu unterschieden Teilbereichen von Green Care.

3. Aktuelle Beispiele aus der Lehre

An der Hochschule gibt es seit 2012 den Masterlehrgang »Green Care – Pädagogische, beraterische und therapeutische Interventionen mit Tieren und Pflanzen«, welcher mit 120 ECTS in 6 Semestern für die TeilnehmerInnen den Weiterbildungs-master Master of Science (MSc) ermöglicht. Im Herbst 2016 startete der 3. Lehrgang, Informationen finden sich unter <http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/fort-und-weiterbildung/masterlehrgaenge/green-care/index.html>.

Ebenfalls an der Hochschule gibt es den Universitätslehrgang »Akademische/r ExpertIn Gartentherapie«, welcher mit 60 ECTS in vier Semestern abgeschlossen werden kann (<http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/fort-und-weiterbildung/hochschullehrgaenge/universitaetslehrgang-gartentherapie/index.html>). Das neue Curriculum des Masterstudiums Umweltpädagogik UP 240, welches Herbst 2016 gestartet ist, inkludiert Wahlpflichtlehrveranstaltungen zu Green Care und Spezialisierungsmöglichkeiten ab dem 6. Semester (<http://www.agrarumweltpaedagogik.ac.at/studium/bachelor-und-masterstudium-agrarpaedagogik-kopie/index.html>).

Natürlich ist die Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik nicht die einzige Bildungseinrichtung, an welcher Möglichkeiten zur Aus- und Weiterbildung im Bereich von Green Care bestehen. Solche finden sich unter anderem auch bei den praxisorientierten Kur-

Dorit Haubenhofer

sen und Zertifizierungen des Ländlichen Fortbildungsinstitutes (LFI; Schwerpunkt soziale Landwirtschaft), dem Österreichischen Kuratorium für Landtechnik und Landentwicklung (ÖKL, Schwerpunkt soziale Landwirtschaft mit tiergestützten Interventionen), dem WIFI oder dem Verein Tiere als Therapie (beide zu tiergestützten Interventionen).

Die Realität weiter ausbauen

Um dieser drei Säulen der Praxis, der Wissenschaft und der Lehre gleichmäßig wachsen zu lassen, sind die ununterbrochene Kooperation untereinander sowie der Austausch nach innen und außen unerlässlich. Nur so können die aktuellsten Erkenntnisse und Herausforderungen der Praxis mit den Möglichkeiten und Resultaten der Wissenschaft verbunden, sowie alles an die DozentInnen und BeraterInnen der Lehre rückgekoppelt werden. Dieses aktive Zusammenspiel zwischen den Akteuren ist besonders in einem so interdisziplinären und prozesshaften Feld wie Green Care unerlässlich.

Darüber hinaus bedarf es noch passender Disseminations- und Öffentlichkeitsaktivitäten, um die Aufmerksamkeit von Gesellschaft, Politik, Medien und Sozialträgern zu erlangen. Einerseits sind dazu regelmäßige Treffen der diversen Akteure auf Veranstaltungen notwendig. Andererseits bedarf es einer Reihe medialer Auftritte, wie Facebook, Twitter, Websites oder Printmedien. All dies wurde in Österreich in den vergangenen Jahren entwickelt. An der Hochschule finden etwa alle 2 Monate ein freiwilliges Green Care Jour Fixe statt, es gibt unterschiedliche ARGEs und andere Plattformen, die Hochschule hält jeden Frühling den »Internationalen Forschungsdialog Green Care« ab mit wechselnden Schwerpunktthemen und der Verein »Green Care – Wo Menschen aufblühen« hat jeden Sommer eine Konferenz zur sozialen Landwirtschaft.

Green Care ist über die Hochschule und andere Institutionen auf Facebook und anderen sozialen Medien vertreten, es gibt unterschiedliche Websites wie www.greencare.at (Seite der Hochschule) und die Fachzeitschrift GREEN CARE; welche vier Mal pro Jahr über die Hochschule herausgegeben wird und Interessierte aus Wissenschaft und Praxis gleichermaßen anspricht.

Schlussgedanken

In den letzten Jahren ist auf den unterschiedlichsten Ebenen viel geschehen. Dadurch hat es Green Care geschafft, vom reinen theoretischen Konstrukt einiger WissenschaftlerInnen zu Arbeitsfeldern der Praxis, Wissenschaft und Lehre zu werden und langsam auch die breitere Gesellschaft zu erreichen.

Wir befinden uns damit mit Sicherheit erst eher am Beginn eines sehr spannenden und dynamischen Weges und wir sind gespannt, wo er uns weiter hinführen wird.

Der Schritt in die Internationalität ist mit Sicherheit einer davon, weshalb dieser und vergleichbare Beiträge als sehr wichtig für die Entwicklung von Green Care einzustufen sind. Vermehrte Kooperationen und ein intensiverer Austausch im gesamten deutsch-sprachigen Raum sind mit Sicherheit eines der hochrangigsten Ziele für die nähere Zukunft. Ich freue mich darauf!

Entwicklung von Green Care in Österreich

Literaturverzeichnis

HAUBENHOFER, DORIT, CERVINKA RENATE, SCHWAB MARKUS, SCHLIEBER, HUBERT, STEININGER, BIRGIT, WOLF, ROSWITHA (2016): Gesundheitsfördernde Wirkung von Gärten. Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Eigene Rechtspersönlichkeit.
<http://www.greencare.at/wp-content/uploads/2016/05/Publikation-Gesundheitsf%C3%B6rdernde-Wirkung-G%C3%A4rten.pdf>.

HAUBENHOFER, DORIT, ENZENHOFER, KARIN, KELBER, SOLVEIG, PFLÜGL, SUSANNE, & PLITZKA, ELISABETH (2013): Gartentherapie. Praxis, Wissenschaft, Theorie. ETZ-Projekt Gartentherapie: Österreich.
http://www.greencare.at/wp-content/uploads/2015/10/gartentherapie_theorie-wissenschaft-praxis.pdf.

SEMPIK, JOE, HINE, RACHEL, WILCOX, DEBORAH (Hrsg.) (2010): Green Care: A Conceptual Framework. A Report of the Working Group on the Health Benefits of Green Care. Cost 866, Green Care in Agriculture. Loughborough: Loughborough University.
http://www.umb.no/statisk/greencare/green_carea_conceptual_framework.pdf.

WIESINGER, GEORG (Hrsg.), HAASE, THOMAS, HAUBENHOFER, DORIT, NEUHAUSER, FRITZ, SCHOLL, SILKE, STEININGER, BIRGIT, THUN-TÄUBERT, EVA (2011): Green Care in Landwirtschaft und Gartenbau. Resümee der COST Aktion 866 »Green Care in Agriculture«. Wien: Bundesanstalt für Bergbauernfragen. http://www.lebensministerium.at/publikationen/land/agrarumweltprogramm-biologische_landwirtschaft/publ_dienststellen/green_care_FF49.html.

WIESINGER, GEORG, QUENDLER, ERIKA, HOFFMANN, CHRISTIAN, MARTINO DI, ALESSANDRO, EGARTNER, SIGRID, WEBER, NINA, HAMBRUSCH JOSEF (2013): Soziale Landwirtschaft: Situation und Potenziale einer Form der Diversifizierung land- und forstwirtschaftlicher Betriebe in Österreich, Südtirol und Trentino. Wien: Bundesanstalt für Bergbauernfragen.
<http://www.berggebiete.eu/cm3/de/home/22-themen/soziale-verhaeltnisse/710-fb66-soziale-landwirtschaft.html>.

WOLF, ROSWITHA, HAUBENHOFER, DORIT (2016): »Draußen ist es halt anders als drinnen«. Zwischenbericht zur Begleitstudie Förderaktion »Spielplätze und Schulhöfe in Bewegung«. Hochschule für Agrar- und Umweltpädagogik, Wien, Österreich.
http://www.greencare.at/wp-content/uploads/2016/12/Zwischenbericht-Schulfreiraeume_2016-10-12_-END_.pdf

»Mit Blick auf die vielfältigen ökologischen, demographischen und medizinisch-soziologischen Herausforderungen unserer Gesellschaft gewinnt das Thema Green Care zunehmend an Aktualität. Älter werdende Gesellschaft, stetig wachsende Gesundheitskosten, zunehmende Fehlzeiten in Betrieben, Fragmentierung von Wohn-/Arbeits- und Lebensumfeld skizzieren die Herausforderungen der Zukunft. Viele Menschen nehmen ihr Lebens- und Arbeitsumfeld als entkoppelt wahr. In der Folge gehen die noch vor nicht allzu langer Zeit selbstverständlichen Tagesrhythmen (z.B. Essensrhythmus, Tag/Nachtempfinden) verloren.«

Liselotte Raum

**Green Care – Neue Wege, neue
Chancen für die Grüne Branche**

Liselotte Raum

Green Care – die Idee

Mit dem Begriff Green Care werden all die Aktivitäten umschrieben, die den Menschen und sein Wohlbefinden in den Mittelpunkt stellen. Der Lernort Bauernhof zählt beispielsweise ebenso hierzu, wie Kinderfeste auf dem Bauernhof, Therapeutisches Reiten und Genussgärten.

Green Care-Angebote erhalten und fördern die körperliche und psychische Gesundheit, die Ausbildung und Erziehung, sowie die soziale Teilhabe der Menschen.

Hierfür nutzen sie die belebte und unbelebte Natur (z.B. Pflanzen, Tiere, Erde, Wasser, Luft) - also die Mittel und Möglichkeiten, die gerade Betrieben der grünen Branche zur Verfügung stehen.

Im europäischen Ausland ist Green Care bereits weit verbreitete Praxis. Unsere niederländischen Nachbarn können beispielsweise auf mehr als 20 Jahre Green Care-Geschichte zurückblicken. Auch in Skandinavien, Großbritannien, Italien und Österreich liegen langjährige Erfahrungen in diesem Bereich vor.

Seit 2014 arbeitet die Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen daran, Green Care-Aktivitäten nordrhein-westfälischer Höfe sichtbar zu machen, deren Qualität zu dokumentieren und das Branchenbewusstsein der Betriebe zu fördern.

Green Care-Angebote von Bauernhöfen – Angebotsbeispiele

Die Palette der Green Care-Angebote nordrhein-westfälischer Höfe ist breit gefächert und entwickelt sich stetig weiter. Gegenwärtig zeichnen sich folgende Themenbereiche ab: Bildung & Pädagogik, Therapie & Pflege, Beschäftigung & Integration (Inklusion) bzw. Gesundheitsförderung & -vorsorge (Prävention).

Die unten aufgeführten Angebotsbeispiele sollen diese Themenbereiche illustrieren und zeigen gleichzeitig, dass die Übergänge zwischen diesen Themenbereichen fließend sind. Die Angebote werden teilweise von der landwirtschaftlichen Familie selbst, teilweise in Kooperation mit anderen (z.B. mit Pädagogen, sozialen Einrichtungen, Therapeuten) erbracht. Auch wenn diese Auflistung keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt, so kann sie doch einen ersten Eindruck von der in Nordrhein-Westfalen realisierten Angebotsvielfalt vermitteln.

Angebotsbeispiele Green Care:

Bildung & Pädagogik

Bauernhofpädagogische Angebote für Jung und Alt, Hofführungen, Kindergruppen auf dem Bauernhof, Tageserlebnisangebote, Programme für Kindergärten / Schulklassen auf dem Bauernhof, Jahreskurse, Waldkindergärten, Waldpädagogik, outdoor-pädagogische Angebote, Kindertageseinrichtungen, Schulanschlussbetreuung

Therapie & Pflege

Heiltherapeutische Angebote auf dem Bauernhof, tiergestützte Begleitung tiergestützte Therapie, therapeutisches Reiten, Garten- und Pflanzentherapie, betreutes Wohnen

Beschäftigung & Integration (Inklusion)

Arbeitsplätze auf dem Bauernhof für Menschen mit und ohne Handicap (psychische

Green Care – Neue Wege neue Chance für die grüne Branche

oder physische Beeinträchtigung), berufliche und soziale Eingliederung von Menschen mit besonderen Bedürfnissen wie beispielsweise geschützte Arbeit in Gärtnereien, Tageszentrum für Senioren (z. B. mit nicht-stationären Dienstleistungen / Therapien)

Gesundheitsförderung & -vorsorge (Prävention)

Seniorenwohnen, Servicewohnen auf dem Bauernhof, Genussgarten, Gemüse-Selbsternste, »Urban Gardening«. Auch die Angebote von Ferienhöfen, Bauernhofcafés bzw. Hofläden können unter Umständen eine positive Wirkung auf das Wohlbefinden des Menschen haben. Selbst wenn die genauen Wirkungsmechanismen noch nicht endgültig erforscht sind und der »Green Care-Faktor« dieser Angebote noch näher definiert werden muss: Wer würde daran zweifeln, dass der dort mögliche weite Blick in die Landschaft, der entspannte Genuss regionaler Produkte durchaus das Wohlbefinden und die Gesundheit fördern können?

Rahmenbedingungen für Green Care-Angebote von Bauernhöfen

Mit Blick auf die vielfältigen ökologischen, demographischen und medizinisch-soziologischen Herausforderungen unserer Gesellschaft gewinnt das Thema Green Care zunehmend an Aktualität.

Älter werdende Gesellschaft, stetig wachsende Gesundheitskosten, zunehmende Fehlzeiten in Betrieben, Fragmentierung von Wohn-/Arbeits- und Lebensumfeld skizzieren die Herausforderungen der Zukunft. Viele Menschen nehmen ihr Lebens- und Arbeitsumfeld als entkoppelt wahr. In der Folge gehen die noch vor nicht allzu langer Zeit selbstverständlichen Tagesrhythmen (z.B. Essensrhythmus, Tag/Nachtempfinden) verloren.

Diese natürlichen Arbeitsabläufe in und mit der Natur, die den Arbeitsalltag von Landwirten und Gärtnern bestimmen, werden für immer mehr Menschen zu einem wertvollen Gut, nach dem sie sich sehnen.

Alle auf dem Feld, im Garten, im Stall anfallenden Arbeiten sind von natürlicher Regelmäßigkeit geprägt. Ihre Notwendigkeit ist unmittelbar einsehbar und unterliegt dem Tages- bzw. Jahresrhythmus. Die Tätigkeiten sind selbständig und in vielfältigen Abstufungen durchführbar.

Diese Merkmale machen die Betriebe der grünen Branche besonders und eröffnen Chancen für die Entwicklung von Green Care-Angeboten.

Green Care-Angebote – Welche Merkmale zeichnen sie aus?

Green Care-Angebote sind innerhalb der grünen Branche spartenübergreifend

Green Care-Angebote werden von Betrieben aller grünen Berufe (Landwirtschaft / Gartenbau / Landschaftspflege / Forstbetriebe / Naturschutz) realisiert. Sie sind sowohl in gartenbaulich- als auch in landwirtschaftlich- oder forstwirtschaftlich orientierten Betrieben zu finden.

Green Care-Angebote sind unabhängig von der Bewirtschaftungsform des landwirtschaftlichen Betriebes

Green Care-Angebote werden sowohl auf biologisch als auch auf konventionell wirtschaftenden landwirtschaftlichen Betrieben praktiziert. Traditionell sind die grünen Betriebe der Wohlfahrtsverbände bzw. biologisch wirtschaftende Betriebe im Bereich der Integration

Liselotte Raum

von Menschen mit verschiedenartigem Hilfsbedarf oder Bedürfnissen besonders stark vertreten.

Green Care-Aktivitäten sind fachressortübergreifend

Green Care ist auch für Politik und Gesellschaft ein »interdisziplinäres Thema«. Hier treffen sich die Fachressorts von Gesundheit, Soziales, Bildung und Landwirtschaft auf Landes-, Bundes- aber auch auf europäischer Ebene. Es entstehen Schnittmengen, die es zu gestalten gilt.

Green Care macht die vielfältigen Facetten landwirtschaftlicher Betriebe deutlich

Green Care-Angebote machen deutlich, dass landwirtschaftliche Betriebe mehr sind, als die Produktionsstätten für Lebensmittel und nachwachsende Rohstoffe bzw. Energie. Sie zeigen landwirtschaftliche Betriebe als Arbeitsplätze, Lern- und Erfahrungsorte, Therapieorte, Orte der sozialen Begegnung und Orte der Vermittlung von Kultur – als Lebensorte.

Green Care-Angebote können zur nachhaltigen Stärkung der Landwirtschaft beitragen

Gerade die pädagogischen Green Care-Angebote tragen dazu bei, das Grundverständnis für landwirtschaftliche Prozesse zu fördern. Indem sie das vielfältige Thema Landwirtschaft für breite Gesellschaftsschichten wieder erlebbar und begreifbar machen, stärken sie die Position landwirtschaftlicher Betriebe.

Green Care-Angebote werden von einer Reihe engagierter Träger / Organisationen unterstützt

In Nordrhein-Westfalen gibt es bereits seit Jahren vielfältige Initiativen, Verbände, Vereine, Netzwerke und Akteure, die die unterschiedlichsten Green Care-Aktivitäten mit großem Engagement vorantreiben. Das Wissen voneinander und die Vernetzung dieser Projekte schafft Synergien, die der Gesellschaft zu Gute kommen. Dies ist mit ein Grund dafür, dass das Internetportal www.landservice-nrw.de aktuell um die Rubrik: Green Care-Angebote erweitert wird. Mit dem Internetportal macht die Landwirtschaftskammer Produkte und Serviceleistungen vom Bauernhof für die Öffentlichkeit zugänglich. Es steht allen Interessenten der Grünen Branche aus Nordrhein-Westfalen offen.

Green Care-Angebote sind keine Pauschallösung für alle landwirtschaftlichen Betriebe

Um Green Care-Angebote zu entwickeln und zur Praxisreife zu führen, *müssen* diese Angebote jeweils zu den individuellen Ressourcen des landwirtschaftlichen Betriebes, zur Unternehmerpersönlichkeit – und vor allem zur Work-Life-Balance der Unternehmerfamilie passen. Der Green Care-Bereich bietet Nischen für sinnstiftende und persönlich befriedigende Aktivitäten – kann jedoch keine Pauschallösung für landwirtschaftliche Betriebe sein

»Grundvoraussetzung für die Umsetzung im Bereich Green Care ist jedenfalls immer, dass der Landwirt, die Landfrau **mit dem Herzen bei der Sache ist** und ihm / ihr die soziale Arbeit ein Anliegen ist. Es geht also darum etwas zu ermöglichen, was schon in den Menschen steckt. Es geht nicht darum, Landwirte zu Green Care zu bekehren« ¹

Green Care-Angebote lassen sich in Stufen realisieren

¹ NICOLE PROP, „Green Care Österreich“

Green Care – Neue Wege neue Chance für die grüne Branche

Landwirtschaftliche Familien haben die Möglichkeit, die ihnen zur Verfügung stehenden Produktionsfaktoren (Boden / Arbeit / Kapital) bzw. persönliche Fähigkeiten und Fertigkeiten individuell dosiert in ein Green Care-Projekt einzubringen. So können – in Abhängigkeit von der jeweiligen Zielsetzung – maßgeschneiderte Lösungen für neue Einkommensalternativen entstehen.

Vielleicht möchte eine Familie beispielsweise, ausschließlich die Infrastruktur ihres Hofes in das Projekt einbringen. Dann könnte in einem ersten Schritt die Vermietung von Hofgebäuden an Betreiber einer Kindertageseinrichtung oder einer Wohngruppe auf dem Bauernhof eine für sie ideale Lösung sein. In einem weiteren Schritt könnten ggf. frei werdende Arbeits-/ Maschinenkapazitäten im Rahmen des Facilitymanagements genutzt werden.

Eine andere Familie möchte vielleicht die über Ausbildung oder Studium erworbenen Fähigkeiten des Ehepartners z. B. als. LehrerIn, ErzieherIn, Tagesmutter, KrankenpflegerIn, Physio- oder ErgotherapeutIn, SozialarbeiterIn, HeilpraktikerIn auf der Hofstelle nutzen, sich hier einen Arbeitsplatz schaffen. Durch Green Care-Aktivitäten eröffnen sich die Möglichkeiten hierfür.

Andere landwirtschaftliche Familien, die beispielsweise im ersten Schritt Räumlichkeiten an Sozialträger vermietet haben, holen beispielsweise durch gezielte Ausbildungs- und Weiterbildung von Familienmitgliedern die für die Tätigkeit erforderliche Qualifikation (auf dem zweiten Bildungsweg) nach. So können Landwirte / Bäuerinnen – oder vielleicht eines ihrer Kinder – zu einem späteren Zeitpunkt ihre erworbenen Fähigkeiten einbringen.

Zusammenfassung

- Mit Blick auf den gesellschaftlichen Strukturwandel ist zu vermuten, dass die **Nachfrage nach Green Care-Angeboten künftig weiter steigen wird.**
- Aufgrund der zur Verfügung stehenden Mittel und Ressourcen sind Betriebe der Grünen Branche für die Entwicklung von **Green Care-Angebote besonders** geeignet.
- Durch Green Care-Aktivitäten wird der landwirtschaftliche Betrieb / die Hofstelle selbst zum **Arbeits-, Lebens- und Erlebnisraum** unterschiedlichster Zielgruppen und bietet Perspektiven für ein gesundes, ausgewogenes Leben in und mit der Natur.
- Höfe haben hier die Möglichkeit ihre **Ressourcen** abgestuft und auf die individuelle Betriebs- und Familiensituation abgestimmt, einzubringen.
- Green Care-Angebote sind keine **Pauschallösung, kein Patentrezept zur Diversifizierung für jeden Betrieb in der grünen Branche.** Das Green Care-Angebot muss zum Betrieb – aber auch zur Lebenssituation der landwirtschaftlichen Familie passen.
- **Bereits heute stehen auf Höfen hoch professionelle Green Care-Angebote zur Verfügung.** Andere sind noch auf dem Weg zur Professionalität bzw. bedürfen noch der betrieblichen Entwicklung.
- Wer Green Care-Angebote entwickelt, beschreitet häufig neue Wege. Um Fehl-

Liselotte Raum

vestitionen zu vermeiden sind eine **fundierte Projektplanung sowie der prozessorientierter Businessplan unverzichtbar**. Der nachhaltige Erfolg eines jeden Angebotes hängt nicht zuletzt davon ab, inwieweit der **Spagat zwischen persönlichem / sozialem Engagement und ökonomischem Erfolg** gelingt.

»Die Planung von Freiräumen im medizinischen und therapeutischen Bereich ist in jedem Fall als interdisziplinäres Projekt zu beurteilen, das übergreifendes Fachwissen erfordert. Viele Variablen beeinflussen den Planungsprozess. Daraus lässt sich schließen, dass nicht jeder Landschaftsarchitekt die Planung eines Therapiegartens im ersten Versuch adäquat bewältigen kann.«

Franziska Hohendorf

Therapeutische Freiräume entwickeln

Einleitung

In gesellschaftlichen und politischen Debatten ist Gesundheit ein Thema mit Konjunktur. Natürliche Umgebungen finden immer häufiger Beachtung, wenn es um den Erhalt von Gesundheit und die Minderung von Erkrankungen geht. Freiräume wie Gärten, Parks und Landschaften werden gezielt eingesetzt oder aufgesucht, um Heilung oder Gesundheit herbeizuführen. Natur und Pflanzen erhalten aufgrund der Belege ihrer Wirksamkeit im Hinblick auf die menschliche Gesundheit und das Wohlbefinden eine erhöhte Aufmerksamkeit.

Als theoretisches Fundament für die Planung eines solchen Freiraums lassen sich verschiedene Erkenntnisse aus unterschiedlichen Disziplinen anführen. Allerdings wird nicht klar, wie eine Zusammenführung der Erkenntnisse und die Umsetzung in der Praxis aussieht. Obwohl differenzierte Forschungsergebnisse vorliegen, existiert keine allgemeingültige Formel zur Planung dieser spezifischen Freiräume.

Die Bearbeitung eines derartigen Projektes erfordert bereits im Vorfeld ein durchdachtes Vorgehen und ein Bewusstsein für die Komplexität der Aufgabe. Der Landschaftsarchitekt wird feststellen, dass die Konzeption von therapeutischen Freiräumen eine anspruchsvolle Aufgabe ist. Planungen im Bereich der Medizin und Therapie unterscheiden sich von anderen landschaftsarchitektonischen Projekten. Derzeitige Tendenzen bei der Planung von Therapiegärten weisen eine negative Entwicklung auf. Gärten erfüllen nicht den angedachten Zweck. Es stellt sich keine nachhaltige Nutzung ein. Die Außenanlagen garantieren kein langfristiges Funktionieren.¹

Ein Überblick in Deutschland zeigt nur wenig sinnvolle und deswegen nachhaltige Außenanlagen. Hinsichtlich der Planung, Gestaltung und Nutzung lassen sich häufig Defizite feststellen. Aufgrund mangelnder Nutzung und Funktionalität mussten bereits zahlreiche Gärten umgebaut werden.² Als vermutliche Gründe für diese Fehlentwicklungen lassen sich fehlende Erfahrungen im Umgang mit Freiräumen, aber auch mangelndes Fachwissen über die Thematik angeben. Um diese Negativentwicklung in Zukunft zu vermeiden, scheint eine wichtige Bedingung zu sein, dass Landschaftsarchitekten sich über einen elementaren Sachverhalt bewusst sind. Bei der Bearbeitung eines Projektes für das Gesundheitswesen, steht die Unterstützung von medizinischen und gesundheitlichen Ergebnissen im Vordergrund. Somit erfordert die Planung und Gestaltung von therapeutischen Gärten neben landschaftsarchitektonischen Fähigkeiten auch die Übernahme von Standards der medizinischen Profession »When landscape architects enter the realm of health care, they do so to assist the medical profession as it strives to meet its goals. When designing therapeutic gardens, landscape architects assume the standards of the medical profession as well as their own«.³ Um diesem besonderen Anspruch gerecht zu werden, erscheint eine Bezugnahme auf fachübergreifende Inhalte und Begrifflichkeiten der Medizin und Therapie dringend erforderlich.

1 NIEPEL, A. & S. EMMERICH 2005; DAVIS, B.E. 2011

2 vgl. SCHNEITER-ULMANN et al. 2010; NIEPEL, A. & S. EMMERICH 2005

3 GERLACH-SPRIGGS, N. & A. WEISEN 2002: S. 5

Therapeutische Freiräume Entwickeln

Evidence-based Design (EBD)

Für die Planung eines Freiraumes im medizinischen und therapeutischen Kontext ist es notwendig, derzeitigen Tendenzen zu folgen. Diese bewegen sich in Richtung des evidence-based design (EBD). Diese Methode stammt aus unterschiedlichen Disziplinen und wird genutzt, um Entscheidungen durch wissenschaftliche Erkenntnisse zu navigieren.⁴ Häufig wird dieses Vorgehen angewendet, um Krankenhäuser und Kliniken zu gestalten. Kirk Hamilton versuchte 2008 das Konzept des EBD zu formalisieren und lieferte eine Definition: »Evidence-based design is a process for the conscientious, explicit, and judicious use of current best evidence from research and practice in making critical decisions, together with an informed client, about the design of each individual and unique project«.⁵ Laut Roger Ulrich entwickelte sich evidenzbasierte Gestaltung besonders in den letzten 25 Jahren, um das Wissen über Gestaltungen im Bereich des Gesundheitswesens zu lenken. Dadurch würden Qualität und Ergebnisse gesichert und eine Kosteneffektivität erreicht.⁶ Aus der Gesamtheit der Forschungsergebnisse gilt es herauszufiltern, welche Studien und Erkenntnisse - in Verbindung mit dem zu bearbeitenden Einzelfall - eine besondere Berücksichtigung erhalten.

Kooperation und Partizipation

Die Kooperation nimmt eine wichtige Stellung im Planungsprozess eines Therapiegartens ein. Sie dient dem Wissensaustausch zwischen dem Planer und der Einrichtung. Einerseits bekommt der Landschaftsarchitekt die Möglichkeit, wichtige Daten für die Konzeption des Gartens zu erlangen und übernimmt die Aufgabe das besondere Potenzial des Freiraumes herauszuarbeiten. Ohne diesen Austausch ist der Landschaftsarchitekt zwar in der Lage in Form der Bestandsaufnahme wichtige Informationen zu den örtlichen Gegebenheiten zu ermitteln, Einblicke in die medizinischen und therapeutischen Inhalte und Strukturen, Abläufe und Zusammenhänge der Einrichtung bleiben ihm aber verwehrt. Andererseits befindet sich der Planer in der Position, die obersten Instanzen der Einrichtung im Vorfeld über den Umfang des Projektes und die Potenziale des Therapiegartens aufzuklären. Dadurch werden Unterschätzungen des Projektaufwandes und falsche Vorstellungen zum Garten korrigiert. Aus diesem Grund ist es von Vorteil, wenn der Landschaftsarchitekt bereits Erfahrungen im Umgang mit therapeutischen Freiräumen hat. Es ist zu mutmaßen, dass das fachspezifische Wissen den Planungsprozess beschleunigen kann.

Im Hinblick auf eine erfolgreiche Implementierung eines Therapiegartens erklären die wissenschaftlichen Grundlagen, dass ein nachhaltiges Funktionieren am Wahrscheinlichsten ist, wenn die Nutzung durch alle Akteure der Einrichtung (Patienten, Mitarbeiter, Leitung und Instanzen) erfolgt. »Unserer Erfahrung nach empfiehlt sich ein partizipatives Vorgehen. Damit sich die Investitionen lohnen, muss ein Garten angemessen genutzt werden. Es ist daher sinnvoll, die Nutzer d.h. Bewohner und Mitarbeiter angemessen an Entschei-

4 vgl. COOPER MARCUS, C. & N.A. SACHS 2014: S. 16

5 WATKINS, D.H. & D.K. HAMILTON 2008: S. 3

6 vgl. COOPER MARCUS, C. & N.A. SACHS 2014

dungen zu beteiligen«. ⁷ Ein Partizipationsverfahren mit allen relevanten Akteuren soll ein nachhaltiges Funktionieren gewährleisten. In welcher Form und welchem Umfang die Einbeziehung der Akteure erfolgt, kann nicht allgemeingültig festgelegt werden. Häufig ist die Partizipation von Patienten ein kritischer Punkt, denn sie ist zeitaufwendig und verlängert den Planungsprozess. Es existieren verschiedene Ansprüche, Bedürfnisse und Wünsche, wodurch Konflikte entstehen. ⁸ Diese Ansprüche in einem Raum zu realisieren und im Falle eines geringen Platzangebotes ihrer Notwendigkeit nach zu beurteilen, stellt eine besondere Schwierigkeit dar.

Vielfältige Nutzer führen zu diversen Nutzungsansprüchen und Wünschen, die mit dem Freiraum verbunden sind. Innerhalb des Planungsprozesses sollten diese Bedürfnisse durch eine sozialwissenschaftliche Datenerhebung ermittelt werden. Obwohl es sich um ein umfangreiches Verfahren handelt, wird der Bedürfniserhebung ein besonders hoher Stellenwert zugewiesen. Das Wissen über die zukünftigen Nutzer und Nutzungsansprüche durchzieht die wissenschaftlichen Theorien wie eine Vereinbarung. Trotzdem »[sollte] der methodische Aufwand möglichst auf das Nötigste beschränkt werden«, wenn das Projekt nicht der Forschung zugeschrieben ist. ⁹ Gute Gründe eine Bedürfniserhebung sind zahlreiche Fehlentwicklungen, wenn es um die Umsetzung von Therapiegärten geht. Das Wissen über die Wünsche und Bedürfnisse der zukünftigen Gartennutzer ist von wichtiger Bedeutung, da es »in Verbindung mit den vorgegebenen institutionellen Rahmenbedingungen wie Budget, Arealgröße und –Beschaffenheit, sowie Personalressourcen eine optimale Planungsgrundlage [bildet]«. ¹⁰ Für die Durchführung der Bedürfniserhebung bieten sich Methoden der Sozialforschung an. Dadurch können subjektive Sichtweisen erschlossen werden. ¹¹

Management und Verwaltung

Der Landschaftsarchitekt nimmt im Planungsprozess die Rolle des Managers ein. Dadurch kann er wichtige Entscheidungen bezüglich der Verwaltung und des Managements eines Therapiegartens bereits vor dem Vorentwurf navigieren und in die Gestaltung einfließen lassen. ¹² Auch wenn sich verwaltungstechnische Angelegenheiten häufig außerhalb des Einflussbereiches des Landschaftsarchitekten befinden, sollten dazu Empfehlungen ausgesprochen werden, die sinnvoll erscheinen. Durch die Verwendung von organisatorischen und strukturellen Methoden kann die Herstellung eines komfortablen Milieus realisiert werden. ¹³ Nach der Theorie von Ulrich über unterstützende Umfelder ist Komfort, als Bestandteil eines Gartens, zum Stressabbau und zur Regeneration ein wichtiger Aspekt. ¹⁴

Verwaltungstechnische Sachverhalte sollten zu einem möglichst frühen Zeitpunkt der Planung berücksichtigt werden. Dazu gehören die Finanzierung und Pflege der Freianlage

⁷ SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 99

⁸ vgl. SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 110; DAVIS, B.E. 2011: S. 24

⁹ SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 101

¹⁰ ebd.

¹¹ vgl. ebd. S. 102; HELFFERICH, C. 2005: S. 19

¹² vgl. DAVIS, B.E. 2011: S. 38

¹³ vgl. COOPER MARCUS, C. & M. BARNES 1999: S. 231

¹⁴ vgl. ULRICH, R.S. 1999: S. 74f.

Therapeutische Freiräume Entwickeln

oder das zur Verfügung stehende Budget. Besonders eine unzureichende Wartung führt häufig zu einer verminderten Gartenerfahrung für die Nutzer.¹⁵ Laut wissenschaftlichen Angaben ist die ideale Besetzung für die Pflege eines Therapiegartens »[...] eine Person, die gärtnerisch und ausschließlich für den Garten zuständig ist [...]. Ein fachlich fundierter Pflegeplan erleichtert es allen Beteiligten, die Unterhaltsarbeiten im Garten zu planen und umzusetzen«.¹⁶

Instandhaltung ist in Bezug auf die Bepflanzung erfahrungsgemäß ein kritischer Punkt. In vielen Fällen beinhaltet ein Therapiegartenkonzept eine durchdachte Bepflanzungsplanung. Sie dient sowohl als Umfeld, als auch als Grundlage für die Verwendung von Pflanzen im Rahmen von therapeutischen Maßnahmen. Die aktive Nutzung des Pflanzmaterials überschneidet sich dabei mit den Pflegeanweisungen des beauftragten Gärtners. Dies macht eine besondere Absprache zwischen den Instanzen notwendig. Um Verwilderung vorzubeugen und eine ausreichende Pflege zu gewährleisten, sei deswegen eine Berechnung des Unterhaltsaufwandes schon während der frühen Planung vorzunehmen. Da der zeitliche Aufwand im institutionellen Rahmen häufig eine entscheidende Rolle spielt, könne z.B. eine entsprechende und durchdachte Bepflanzung der Pflegeintensität vermindern.¹⁷

Eine vorliegende Studie betont zudem, dass die Wirksamkeit therapeutischer Freianlagen in ihrer Nutzung liegt. Es drängt sich der Eindruck auf, dass Therapiegärten ohne ein Ablaufprogramm und charakteristische Bepflanzung nicht funktionieren oder ihre Wirkung verfehlen.¹⁸ Dabei beinhalten Therapieprogramme für den Freiraum häufig gartentherapeutische Aktivitäten oder andere Interaktionen mit der Natur und Pflanzen. Ob derartige Aktivitäten in jedem Fall eine Antwort auf die Frage der Nutzung sind, bleibt aber ungeklärt. Dennoch entsteht die Vermutung, dass ein Programm für den Garten relevant ist, um den Therapeuten Möglichkeiten im Freiraum aufzuzeigen und die verschiedenen Anwendungen, in Form von Einzel- oder Gruppentherapien zu koordinieren.

Nutzer und Bedürfnisse

Spezielle Bedürfnisse der Nutzer und der interdisziplinäre Anspruch erfordern, dass Planer einen Blick darauf werfen, welche Erkenntnisse über Stress, Natur und Heilung bereits vorliegen. Es gibt nach wie vor viel zu lernen, aber es gibt auch viel, was die Forschung schon erarbeitet hat.¹⁹ Gärten helfen bei der Behandlung von Sinnes- und Körperbehinderungen, aber auch geistigen oder psychischen Behinderungen, sowie körperlichen Beeinträchtigungen. Es macht einen Unterschied, ob die Planung eines Therapiegartens für ein Krankenhaus, eine Klinik, eine Strafvollzugsanstalt oder eine Rehabilitationseinrichtung vorgenommen wird. Es gibt beispielsweise Abweichungen hinsichtlich der Aufenthaltsdauer und des medizinischen Leistungsangebotes. Häufig sind es die Gerontologie, die Psychiatrie oder die Rehabilitation.²⁰ Der Fokus eines Therapiegartens sollte auf dem Patienten liegen, der den Garten später nutzt. Da Krankheitsbilder differenziert auftreten,

15 vgl. DAVIS, B.E. 2011: S. 35

16 SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 143/144

17 vgl. SCHNEITER-ULMANN (Hrgs.) et al. 2010: S. 140

18 vgl. SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 69-75

19 vgl. COOPER MARCUS, C. & M. BARNES 1999: S. 196

20 vgl. SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 28

Franziska Hohendorf

sind die daraus resultierenden Patientenstrukturen sowie Therapieformen von Bedeutung. Es »kann [es] also kein allgemeingültiges Rezept geben«.²¹

Somit erfordert die Planung eines Freiraumes mit therapeutischem Programm ein besonderes Wissen über die Zielgruppe und die zu erzielenden Ergebnisse.²² Ein Landschaftsarchitekt benötigt demnach ein Bewusstsein dafür, wie spezifisch Patientenpopulationen auftreten. Gibt es unterschiedliche Anwendungsbereiche, ist eine Prüfung der Bedürfnisse und Nutzungsansprüche erforderlich. Im Idealfall werden »[f]ür die Entwicklung eines Therapiegartens [werden] unterschiedliche Schritte durchlaufen und so Fehlentwicklungen vermieden«.²³ Ein Garten zu therapeutischen Zwecken »[kann] für Menschen jeden Alters und mit den unterschiedlichsten Fähigkeiten, Potenzialen, Bedürfnissen, Erkrankungen und Einschränkungen geplant werden [...]«.²⁴

Fazit

Die Planung von Freiräumen im medizinischen und therapeutischen Bereich ist in jedem Fall als interdisziplinäres Projekt zu beurteilen, das übergreifendes Fachwissen erfordert. Viele Variablen beeinflussen den Planungsprozess. Daraus lässt sich schließen, dass nicht jeder Landschaftsarchitekt die Planung eines Therapiegartens im ersten Versuch adäquat bewältigen kann.

Der Planer wird feststellen, dass existierende Literatur selten mit dem zu bearbeitenden Fall vergleichbar ist. Welche Studien im Hinblick auf die Planung eines Therapiegartens herausragende, evidenzbasierte Resultate aufweisen, kann nicht verbindlich festgelegt werden. Generell wird deshalb ausgesagt, dass mehr Forschungen über therapeutische Freiräume, ihre Inhalte, Funktionen und Nutzung, aber auch über therapeutische Freiraumelemente und bestimmte Patientenpopulationen benötigt werden.²⁵ Elementar erscheint eine kontinuierliche Auseinandersetzung mit Studien zur Thematik der Therapiegärten und Gartentherapie, um angemessen auf Projekte aus dem medizinischen Bereich reagieren zu können. Von großer Wichtigkeit ist nach persönlicher Einschätzung die Etablierung des Themenbereichs an Universitäten und Hochschulen. Entsprechende Vorlesungen sollten, als Bestandteil des Studiums, zur Vorbereitung und Befähigung zukünftiger Landschaftsarchitekten, angeboten werden.

21 VOGES, K. 2008: S. 6

22 vgl. STIGSDOTTER, U.A. & P. GRAHN 2002 S. 63-66

23 SCHNEITER-ULMANN et al. 2010: S. 117

24 DRUM, K. 2011: S. 29

25 vgl. DAVIS, B.E. 2011. S. 42

Therapeutische Freiräume Entwickeln

Literaturverzeichnis

COOPER MARCUS, CLAIRE BARNES, MARNI (1995). Gardens In Health Care Facilities. Uses, Therapeutic Benefits, and Design

COOPER MARCUS, CLAIRE SACHS, NAOMI A (2014). Therapeutic Landscapes: An Evidence-Based Approach to Designing Healing Gardens and Restorative Outdoor Spaces. John Wiley and Sons, New York, USA.

DAVIS, BRAD.E. (2011). Rooftop Hospital Gardens for Physical Therapy. A Post-Occupancy Evaluation. In: Health Environments Research & Design Journal (HERD), Volume 4, Nr. 3(2011), Vendome Group, New York, USA, S. 14-43.

DRUMM, KAROLIN (2011). Gartentherapie in Mecklenburg-Vorpommern. Bestandsaufnahme und Zukunftschancen von Therapiegärten in sozialen und therapeutischen Einrichtung einschließlich Vollzugsanstalten, Wellness- und Spa-Hotels. Diplomarbeit, Hochschule Neubrandenburg.

GERLACH-SPRIGGS, NANCY WIESEN, ANNE (2002). The Therapeutic Garden. A Collaboration of Professions. Therapeutic Garden Design, Volume 3, Nr. 1.

NIEPEL, ANDRES EMMERICH, SILKE (2005). Garten und Therapie. Wege zur Barrierefreiheit. Verlag Eugen Ulmer, Stuttgart.

SCHNEITER-ULMANN, RENATA. (Hrsg.); BECK, T.; FÖHN, M.; GEORG, J.; HÖCHLI, K.; HOFFMANN, R.; VEF-GEORG, G. & M. VERRA (2010). Lehrbuch Gartentherapie. Hans Huber Verlag, Hogrefe AG Berlin.

STIGSDOTTER, ULRICA A GRAHN, PATRICK (2002). What makes a Garden a Healing Garden. Journal of Therapeutic Horticulture, Volume 13, S. 60-69.

ULRICH, ROGER.S. (1999). Effects of Gardens on Health Outcomes. Theory and Research. In: Cooper Marcus, C. & M. Barnes. Healing Gardens. Therapeutic Benefits and Design Recommendations. Wiley, New York, USA, S. 27-86.

WATKINS, DAVID H. HAMILTON, D.KIRK. (2008). Evidence-Based Design for Multiple Building Types (1. Auflage). Wiley & Sons, England.

»Embedded gardening, so nenne ich meine Methode einer prozesshaften Gestaltung von Gärten für Menschen mit Demenz. Ziel ist es, Gärten zu gestalten, in denen Mitbestimmung und Mitgestaltung, Fähigkeiten und Kreativität von Menschen mit Demenz gefördert und gefordert sind. Bereits im Prozess der Gestaltung eines Gartens für Menschen mit Demenz, kann diese Teilhabe erfahrbar sein.«

Ulrike Kreuer

Embedded gardening

Eine Methode zur Prozesshaften
Gartengestaltung für Menschen mit Demenz

Einleitung

Embedded gardening, so nenne ich meine Methode einer prozesshaften Gestaltung von Gärten für Menschen mit Demenz. Ziel ist es, Gärten zu gestalten, in denen Mitbestimmung und Mitgestaltung, Fähigkeiten und Kreativität von Menschen mit Demenz gefördert und gefordert sind. Bereits im Prozess der Gestaltung eines Gartens für Menschen mit Demenz, kann diese Teilhabe erfahrbar sein.

Embedded gardening ist eine Methode, Bedürfnisse und Wünsche von Menschen mit Demenz kennen zu lernen und zu erleben. Diese Methode bietet die Möglichkeit, Beziehungen zu knüpfen, einen »Blick hinter die Kulissen« einer Altenhilfeeinrichtung zu werfen, einen Einblick in Strukturen und Tagesabläufe zu bekommen. Die so gewonnenen Erfahrungen und Beziehungen, sowie das Wissen um die Institution sind die Basis für ein Gestaltungskonzept, das Teilhabe ermöglicht.

Ein Garten muss zu jederzeit Strukturen und Räume anbieten, in denen Beobachter zu Handelnden werden. Denn Handlungen stehen immer im Zusammenhang mit Bedürfnissen. Auch bei Menschen mit Demenz.

Embedded gardening – ein Projektbeispiel

Es ist Mai und draußen regnet es in Strömen. Wir sitzen gemütlich mit Senioren und Mitarbeitern des Altenheims im Kreis und singen aus voller Kehle: »Der Mai ist gekommen....« So kann der Beginn eines gemeinsamen Gartenprojekts aussehen. Ich mache mir ein Bild vom Alltag der BewohnerInnen und sammle Eindrücke. Ich tauche ein in die Atmosphäre des Altenheims und schaue, fühle, höre, rieche, frage und beobachte. Ich bin immer auf der Suche, wo und wie im Alltag Vernetzung mit dem Außen möglich ist.

Von den singenden Bewohnern wissen vielleicht nur noch wenige, wer ich bin und was wir in den vergangenen Monaten geplant haben. Dass wir an einem Garten für das Pflegeheim gearbeitet haben – erst planerisch, dann tatkräftig – und das ich das Projekt federführend leite, ist vielleicht nicht mehr jedem in Erinnerung. Aber dass etwas Besonderes, nicht Alltägliches seinen Anfang nimmt, ist in den Gesichtern der Senioren abzulesen. Eine lange Phase der Planung liegt hinter uns. Wir haben diskutiert, visioniert und geplant. Gemeinsam mit den Mitarbeitern, den Angehörigen, der Heimleitung und den Senioren hat unser Team die Ziele und geplante Nutzung des Gartens und seine Gestaltung von allen Seiten beleuchtet. Während dieser Zeit haben vor allem die Mitarbeiter des Altenheims das Thema Garten und Natur intensiv in die Gestaltung des Alltags eingebettet. Schon bevor der erste Spatenstich getan wird, hat die Vision »Garten« Gestalt angenommen und der zukünftige Lebensraum ist greifbarer geworden.

Embedded Gardening

Das Thema „Garten“ wird ins Haus gebracht

So bauen Mitarbeiter mit den Bewohnern kleine Garten-Modelle. Oder Bilder und Diabende bringen typische Bauerngartenstauden ins Haus. Der Garten wird zum Mittelpunkt im täglichen Gedächtnistraining und das Haus wird mit duftenden Gartenblumen geschmückt. Ausflüge zu attraktiven Gärten werden unternommen oder Rituale, Bräuche und Sitten rund um das Gartenjahr werden etabliert. Möglichkeiten gibt es viele, den Garten frühzeitig zum Leben zu erwecken.

Das Interesse und die Vorfriede auf den Garten wachsen stetig. Gleichzeitig entstehen aber auch immer mehr Fragen, auf die eine Antwort gefunden werden muss: Wo und wie können Mitarbeiter Verantwortung für den Garten übernehmen ohne zusätzliche Belastung? Wer ist engagiert und begeistert bei der Sache und wer kann noch angestiftet werden? Wann und wie bekommen Mitarbeiter in der täglichen Nutzung des Gartens Unterstützung und Anleitung? Wie sieht konkret die weitere Grünpflege aus? All diese Fragen versuchen wir nun in unserem gemeinsamen Gartenprojekt zu beantworten.

Langsam hat es aufgehört zu regnen. Es wird Zeit, dass wir vom Gartenbauteam unser Quartier beziehen, denn für die Dauer eines Gartenprojektes teilen wir mit den Senioren den Alltag und wohnen in ihrem Altenheim. Wir frühstücken zusammen und essen gemeinsam zu Mittag, wir singen, beten und lachen zusammen, schlafen Tür an Tür mit den Bewohnern und lauschen den gleichen Geräuschen in der Nacht wie sie.

Das Gärtnerteam wohnt im Altenheim

Für die Dauer eines Projektes, sitzen wir sozusagen alle »im selben Boot« und halten den Kurs, sind aber auch jederzeit fähig, die Richtung der aktuellen Situation anzupassen: Vielleicht sind die Gemüsebeete doch zu nah am Zimmer von Frau Schmitz geplant, auch wenn dort die Sonne lockt? Oder - womit während der Planung niemand gerechnet hat: Der Koch möchte begeistert die Betreuung der Kräuterbeete übernehmen.

Durch die Nähe und Anteilnahme ist es möglich, das Projekt aus verschiedenen Perspektiven zu betrachten, denn manche Zusammenhänge zeigen sich erst bei genauer Betrachtung. Für fünf Wochen haben wir in dem Altenheim Quartier bezogen. Unseren Einzug beobachten die Bewohner neugierig und aufmerksam, denn wann zieht schon mal solch ein buntes Team ins Haus? Gut erkennbar in Grün gekleidete GärtnerInnen mit Hund, dazu noch SchreinerInnen oder Zimmersleute, zwischenzeitlich sogar ein Azubi und Praktikanten. Das verspricht Abwechslung!

Nicht immer übernachten wir Tür an Tür mit den Bewohnern auf ihren Etagen. Manchmal wohne ich mit meinem Hund im Wohnwagen auf dem Außengelände, und einmal haben wir sogar unsere Zelte im zukünftigen Garten aufgeschlagen. Obwohl ich anfangs etwas unsicher war, ob die Zeltvariante nun doch zu gewagt sein könnte, war ich selbst überrascht von den Rückmeldungen und Reaktionen. Das Zelten rief bei Bewohnern, Mit-

Ulrike Kreuer

arbeiten und Angehörigen eine Vielzahl von positiven Reaktionen hervor, denn es steht für intensive Erfahrung mit und in der Natur. Gefühle von Freiheit und Abenteuer wurden geweckt, eine Fülle an Urlaubsgeschichten und Reise-Anekdoten wurden erinnert und ausgetauscht. An so manchem Abend saßen wir bei Kerzenschein zusammen und haben kleine und große Urlaubspläne geschmiedet oder von Urlaub geträumt.

Eine Seniorin sagte mal während eines gemeinsamen Projekts: »Endlich gibt es ein Leben nach dem Abendessen!«

Aber bevor es zum wohlverdienten Abendessen geht, liegt ein langer Arbeitstag vor uns. Ohne Strukturen geht hier gar nichts. Obwohl die Gesamtkoordination in meiner Verantwortung liegt, ist eine kurze Arbeitsbesprechung mit den anwesenden Mitarbeitern der gemeinsame Schritt in den Tag. Welche Gartenarbeiten stehen an, in welchem Zeitraum findet Anleitung statt, wer ist für den Transfer verantwortlich, wie viele Bewohner können mitmachen, sind besondere Aktionen geplant? Welche Senioren können noch motiviert werden? Und so weiter, und so weiter...

Mit Gartenarbeit ist ein breites Spektrum an Tätigkeiten gemeint. Selbstverständlich ist aktive Beteiligung der Senioren und Mitarbeiter entsprechend den körperlichen und geistigen Voraussetzungen zu verstehen. Das Spektrum einer möglichen Beteiligung reicht vom Zuschauen über Geschichten erzählen bis zum selbständigen Graben und Hacken.

Die Projekttag sind für die Bewohner und Mitarbeiter meistens in Aktiv-Einheiten von jeweils zwei Stunden unterteilt. Sie können zum Beispiel am Vormittag von 10 bis 12 Uhr oder am Nachmittag von 15 bis 17 Uhr im Garten tätig sein. Die Zeitangabe ist als Zeitrahmen zu verstehen. Nur sehr wenige Senioren können volle zwei Stunden mitarbeiten. Manchmal wird ihnen zu kalt oder sie müssen zur Toilette. Manch einer schaut später noch einmal vorbei. Während dieser Zeit sind immer genügend Helfer anwesend, um die Senioren zu begleiten und sie vor Ort mit zu betreuen.

Mit Fortschreiten des Projekts nimmt die Anzahl der Helfer für gewöhnlich zu, weil Angehörige und EhrenamtlerInnen sich schnell neugierig dazugesellen und oft auch tatkräftig unterstützen wollen. Im Rahmen einer Aktiv-Einheit wird zum Beispiel der Boden für ein neues Beet unkrautfrei gemacht. Die Bewohner hacken entweder - ganz nach ihren Fähigkeiten - gemeinsam mit uns durch das Unkraut oder laden das Grünzeug zum Abtransport auf die Schubkarre.

In diesen zwei Stunden stehen wir jeden Tag mit unserer ganzen Aufmerksamkeit den Senioren zur Verfügung. Nicht das Voranschreiten der Arbeiten steht während dieser Zeit im Mittelpunkt, sondern das Mitmachen, Unterstützen und Anleiten der Senioren. Da ist zum Beispiel der alte Herr, der das Grünzeug auf die Schubkarre laden möchte. Das Werkzeug, eine Mistgabel, scheint ihm wohlbekannt. Nur, um sie alleine zu handhaben, fehlt ihm die Kraft. Mein Mitarbeiter hilft ihm, die Gabel zu benutzen. Ohne Worte finden

Embedded Gardening

sie eine Lösung, zweimal schaufeln sie gemeinsam Unkraut in die leere Karre und den Rest füllt der junge Bursche ein, derweil der Herr die Arbeiten »beaufsichtigt«.

Die so entstehenden Gärten haben oftmals die lebendige Anmutung von »selbstgemacht«, was sie ja auch sind. Es sind keine parkähnlichen immergrünen Hartlaubformationen. Sondern sie erinnern mit all ihrem Duft und der bunten Vielfalt an den eigenen Garten zu Hause.

Der Garten als Metapher für das Leben

Der Garten ist die Metapher für das Leben: die Freude an der Arbeit, die Muße und auch die Missgeschicke gehören dazu wie im Leben auch. Einmal kam ich aus dem Wochenende zurück und eine Gruppe hoch motivierter Senioren hatte inzwischen weitergearbeitet. Leider hatten sie allerdings die frisch gepflanzten Stauden mit Unkraut verwechselt.

Schulung für Mitarbeiter

Während der Aktiv-Einheiten finden gleichzeitig »Schulungen« für Mitarbeiter statt, denn nicht jeder Mitarbeiter hat einen grünen Daumen und weiß, welche Pflege der Garten rund um das Jahr braucht. Bei großen Gartenprojekten werden die Arbeiten zur Schaffung der Infrastruktur wie Wegebau und Einfriedung von Fachfirmen vor Ort ausgeführt. Wir sind bauleitend vor Ort. Das Gartenprojekt beginnt parallel oder schließt sich daran an. Nach Möglichkeit führen wir die Arbeiten von Hand aus, denn körperliche Gartenarbeit ist vielen alten Menschen noch gut bekannt. Einmal arbeitete ich angestrengt mit meinem Spaten und lockerte die Erde für ein neues Beet, da setzte sich eine alte Dame neben mich und sagte mit einem Grinsen im Gesicht: »Mädchen, so habe ich das früher auch immer gemacht.« Während die alte Dame in Erinnerungen an ihren Gemüsegarten schwelgte, rief die Arbeit mit dem Spaten bei einem Herrn ganz andere Erinnerungen hervor. Er fühlte sich zurück versetzt in seine Zeit beim Reichsarbeitsdienst. Eine Zeit, in der er jung und kräftig war. Er salutierte mit seinen »Kameraden« den Spaten, sang Lieder aus »singend wollen wir marschieren« und erfreute sich an zurückgewonnenen Jugenderinnerungen. In solchen Situationen bin ich aufgefordert, mich zu positionieren.

Gartenarbeit weckt geschlechtliche Identität

Die Arbeiten im Garten sind ein Feld, in dem eine klassische geschlechtsspezifische Rollenverteilung erlebt werden kann. Der Mann ist wieder Mann, die Frau ist wieder Frau. Im Pflege- und Betreuungsalltag ist diese geschlechtsspezifische Identifikation manchmal kaum mehr möglich. So kann zum Beispiel bei der Anlage von technischen Gartenelementen das Interesse der Männer geweckt werden, wo hingegen Säen, Ernten und Pflanzenpflege von Frauen bevorzugt wird. Gerade die für Männer interessanten Arbeiten wie Zaunbau, das Anlegen von Natursteinmauern oder Bachläufen finden in der Entstehungsphase statt. Wie oft haben mich schon Männer, die in ihrer selbständigen Alltagsbewältigung eingeschränkt sind, sehr interessiert bei meinen Arbeiten begleitet.

Alte Fähigkeiten werden wieder hervorgerufen

Da war zum Beispiel der ehemalige Bauingenieur, der das beginnende Gartenprojekt scheinbar teilnahmslos beobachtete. Der noch recht mobile alte Herr redete lange Zeit kein einziges Wort. Das änderte sich, als ich mit den Vorbereitungen für den Bau des Bachlaufes begann. Die Leitungen und Pumpen, das technische Equipment und zuletzt das Aufstellen des Nivelliergerätes zogen seine ganze Aufmerksamkeit in Bann. Wie selbstverständlich versuchte er, mich beim Anlegen des Gefälles für die Staustufen zu unterstützen. Er schaute durch das Nivelliergerät, so als wäre er erst gestern pensioniert worden. Er gab die Kommandos und ich führte aus. Natürlich habe ich seine Anweisungen ein wenig optimiert aber ich glaube, wir waren beide sehr glücklich.

Bäume und Pflanzen schenken Geborgenheit

Es sind aber nicht nur die gemeinsamen Arbeiten, die ein Glücksgefühl hinterlassen und auf wundersame Weise ein Stück Selbständigkeit und Lebendigkeit zurückbringen. Auch mit all seiner Pflanzenpracht und altbekannter Blumen und Kräuter wirft der Garten Anker aus, die den Senioren Orientierung geben. Während der gemeinsamen Gartenzeit lade ich Mitarbeiter und Angehörige ein, diese Ankerplätze zu erfahren. Denn wer selber gespürt hat, wie und wo man sich im Garten geborgen fühlt, der wird auch einem anderen Menschen, der Schutz und Sicherheit sucht, diesen Ort anbieten können. Jeder, der schon einmal einige Minuten mit dem Rücken an einem Baum oder sogar in inniger Umarmung mit ihm verbracht hat, weiß, dass Bäume Kraft schenken können. Gerade Menschen, denen ihre Außenwelt mit fortschreitender demenzieller Erkrankung immer fremder wird, kann ein haut naher Kontakt zu der wohltuenden Kraft eines Baumes ein Gefühl von Geborgenheit und Wohlbefinden schenken.

Aber zurück zu unserem Gartenprojekt: Während einer gemütlichen Tasse Kaffee auf einer noch nicht ganz fertig gestellten Terrasse entstand plötzlich eine Idee. An einer Stelle des Gartens war eine kleine Streuobstwiese geplant mit alten Apfelsorten aus der Region. Eine Mitarbeiterin vom sozialen Dienst hatte nun die Idee, diese Obstbäume sechs ausgewählten Senioren zu widmen. Kurzerhand wurden Angehörige und Freunde der geehrten Senioren eingeladen und die Pflanzaktion mit viel Freude, Spaß und Apfelkorn dauerte den ganzen Nachmittag. Jetzt erinnern die Namen, die auf Holztafeln an den Bäumen hängen an die sechs Senioren und einen schwungvollen Nachmittag.

Die kleinen Momente machen Kontakt möglich

Ein Garten, der gemeinsam erschaffen wurde, erzählt seine Geschichte und in ihm werden Geschichten erzählt. Er bietet eine wahre Fülle an Kommunikations- und Handlungsressourcen. Natürlich können sämtliche Erfahrungen mit und in einem Garten nur als Angebote verstanden werden. Manchmal scheint es, als wenn wir auch mit Hilfe der Natur den Kontakt zu einem Menschen, der an Demenz erkrankt ist, nicht finden können. Vielleicht sind es aber gerade die kleinen Momente, die einen Kontakt spürbar machen?

Embedded Gardening

Die Düfte des Gartens – die Düfte der Kindheit

Einen Weg durch den Garten gemeinsam gehen oder nebeneinander auf einer Bank im Grünen sitzen. Sich die Sonne auf die Nase scheinen lassen und über die Größe des Erdbeerkuchens verhandeln. Mit dem Wasser des Brunnens spielen oder gemeinsam dem Regen lauschen. Zusammen mit den Händen in der Erde wühlen und gemeinsam Kartoffeln setzen. Sich an den Düften des Gartens durch seine Kindheit schnüffeln oder auf den Frühling warten. Es braucht keine Worte, um gemeinsam zu sein. In Beziehungen von Mensch zu Mensch können sich Herzen begegnen, unabhängig von der Schwere einer Demenz.

Langsam nähert sich das Ende der gemeinsamen Projektzeit. Letzte Beete werden bepflanzt und unter großem »Hallo« sprudelt das Wasser durch den fertigen Bachlauf. Ein buntes Gartenfest bildet den Abschluss unserer gemeinsamen Zeit. Und ich bin ganz ehrlich: Mir fällt der Abschied jedes Mal aufs Neue schwer.

»Eines haben alle diese unterschiedlichen Gartenanlagen gemeinsam. Alle wirken in erster Linie wie ganz normale Gärten. Trotzdem tragen alle Gärten zur Erfüllung der jeweiligen therapeutischen Konzepte bei.

Um diesen vielfältigen Aufgaben von Gärten als Teil eines therapeutischen Gesamtkonzeptes gerecht werden zu können, ist meiner Meinung nach ein enger Austausch und Zusammenarbeit von Fachleuten aus der »weißen« und der »grünen« Branche notwendig.«

Ilse Copak

**Die Bedeutung von Gartenanlagen
an Einrichtungen des Gesundheitswesens**

Einleitung

Unbestritten ist es, dass der Aufenthalt in einer naturnahen Umgebung, in einer vielfältig gestalteten Garten- und Parkanlage gut tut.

Die Natur ist Teil von uns. Die Beziehung zur Natur gehört, wie die Eltern-Kind-Beziehung, zu den frühesten prägenden Erinnerungen und wird im Laufe unseres Lebens, wie die Beziehung zu anderen Menschen, ein Teil unserer Identität. Die Möglichkeit der Naturerfahrung und die breite und vielfältige Palette von Sinnesreizen, die die Natur zu bieten hat, wirkt auf den Menschen anregend, wohltuend und beruhigend zugleich. Der Garten als anthropogen geformte Natur ist, wenn man so will, per se als Ort therapeutisch wirkend. Dies ist keine neue Erkenntnis.

Bedeutung von Architektur und Landschaftsarchitektur, historischer Rückblick

Anlässlich der Einweihung des Rudolf-Virchow-Krankenhauses in Berlin Moabit, schrieb die Deutsche Bauzeitung 1906: »Schöpferische Kraft und liebevolles Empfinden haben sich hier zu einem Bündnis mit der Natur zusammengeschlossen (...) Durch die Schönheit will der Architekt mit den Mitteln seiner Kunst die Zwecke, denen seine Bauten dienen sollen, fördern helfen. Durch seine Kunst übernimmt er einen Teil der Pflichten des Arztes«.¹ Pläne von Krankenhäusern, Kureinrichtungen und Psychiatrischen Einrichtungen, die in der Zeit eines regelrechten Baubooms besonders zwischen Ende des 19. bis zum Anfang des 20. Jahrhunderts entstanden sind, zeigen, dass damals sehr großer Wert auf eine ästhetisch und funktional hochwertige Gebäude- und Landschaftsarchitektur gelegt wurde.

Psychiatrische Einrichtungen wurden häufig, außerhalb der Städte in einer ländlichen Umgebung erstellt, aus unterschiedlichen Gründen. Zum einen sicherlich, weil auch damals eine Nachbarschaft zu derartigen Einrichtungen von den meisten Bürgern nicht erwünscht war.

Auf der anderen Seite versprachen sich die Vertreter der Reformpsychiatrie des 19. Jahrhunderts von der ländlichen, abgeschiedenen Umgebung auch therapeutische Vorteile.

So bot ihrer Ansicht nach die Abgeschiedenheit einer ländlichen, landschaftlich reizvollen Umgebung Schutz vor dem lauten, engen und bedrohlich wirkenden Großstadtleben und stellte zugleich für den Patienten eine ruhige, beruhigende Gegenwelt zur eigenen inneren Zerrissenheit da.

Neben den gestalteten Garten- und Parkanlagen verfügten die damaligen Psychiatrien in der Regel über einen eigenen Gartenbaubetrieb und über eine eigene Landwirtschaft. Neben der Bedeutung von Gartenbau und Landwirtschaft für die Eigenversorgung mit Lebensmitteln, kann man die unterschiedlichen Arbeitsmöglichkeiten in der Garten- und Feldarbeit als Anfänge der Beschäftigungstherapie betrachten. Mit dem Ausbruch des ersten Weltkrieges waren die Zeiten einer humanistisch geprägten Psychiatrie für eine lange Zeit vorbei.

Erst mit dem »Bericht über die Lage der Psychiatrie in der Bundesrepublik Deutschland«, der 1975 im Auftrag des Bundestages von einer Sachverständigenkommission fertigge-

1 Zitiert in: MERKEN 1995, S.202

Die Bedeutung von Gartenanlagen an Einrichtungen des Gesundheitswesens

stellt und veröffentlicht wurde, macht man die menschenunwürdigen Bedingungen, unter denen Patienten und Bewohner in Psychiatrien und Einrichtungen für geistig behinderte Menschen leben mussten, einer breiten Öffentlichkeit bekannt. Weitreichende Reformen, deren Umsetzung bis heute noch nicht abgeschlossen sind, verbesserten eindeutig und umfassend die Lebensbedingungen und stärkten die Rechte von psychisch kranken und geistig behinderten Menschen.

Neben einer starken baulichen Entwicklung, wurden viele neue Therapieformen entwickelt und entsprechend ausgebildetes Personal eingestellt.

Lediglich der Außenbereich war von diesen Entwicklungen lange Zeit nahezu unberührt geblieben. Bis in die 90er Jahre des letzten Jahrhunderts war der Stellenwert der Außenanlagen gering. Man behandelte sie wie unbebaute Restflächen, die mit möglichst geringem planerischen, finanziellen und pflegerischen Aufwand »in Ordnung gehalten wurden.«

Heutige Entwicklungstendenzen

Erst in den letzten 20 Jahren haben immer mehr Einrichtungen des Gesundheitswesens die positiven Wirkungen abwechslungsreich gestalteter Freianlagen (wieder) entdeckt.

Bei einem stationären Aufenthalt in einer psychiatrischen Klinik ist man je nach Krankheit und Krankheitsausprägung für einen mehr oder weniger langen Zeitraum dem normalen Leben entzogen und in seinem Entscheidungs-, Handlungs- und Bewegungsspielraum eingeschränkt. Durch unterschiedliche, aufeinander abgestimmte Therapien, soll der Patient in die Lage versetzt werden, wieder am normalen Leben teilzunehmen.

Gärten haben in der Psychiatrie unterschiedliche Funktionen zu übernehmen und sollten den unterschiedlichen Bedürfnissen der jeweiligen Nutzer entgegenkommen. Dazu zählen die allgemein menschlichen Bedürfnisse nach:

- Rückzug (vom Klinikalltag)
- Kommunikation und Begegnung (mit Patienten, Personal und Besuchern)
- Bewegung
- Ruhe
- Naturwahrnehmung

Hier ist der Garten ein Ort eines freigewählten Aufenthalts und wirkt, wenn er entsprechend gestaltet ist und über eine ausreichende Größe verfügt mehr oder weniger aus sich selbst heraus anregend, wohltuend und ausgleichend.

Bedeutung von Gartenanlagen in der Psychiatrie am Beispiel der Garten- und Parkanlagen der Alexianer-Klinik in Münster-Amelsbüren

Anfang der 90er Jahre begann man auch auf dem weitläufigen Gelände des Alexianer-Krankenhauses, sich planerisch mit den Außenanlagen zu beschäftigen. Der Campus liegt etwa 13 km von der Innenstadt Münsters entfernt, in einer ländlich geprägten Umgebung. Zu dem etwa 40 ha großen Gesamtgelände gehört auch eine Waldfläche

Ilse Copak

(15 ha). Seit den 90er Jahren haben auf dem Gelände umfangreiche Bautätigkeiten stattgefunden. Gab es vor 25 Jahren nur die Akutklinik (gebaut 1978) und Wohn- und Verwaltungsbereiche im Altbau (gebaut 1888), so sind inzwischen zahlreiche neue Gebäude hinzugekommen. So die Kinder- und Jugendpsychiatrie mit offenen und geschlossenen Stationen, die Akut-Geronto-Psychiatrie mit einer offenen und zwei geschlossenen Stationen (für demenziell erkrankte Menschen), Wohneinrichtungen für geistig behinderte und chronisch psychisch kranke Menschen (mit offener und geschlossener Unterbringung), Altenpflegeheim, Forensische Klinik, Werkstatt für Menschen mit Behinderungen, Hotel, Kunsthaus, Café, Gärtnerei, Reithalle, Kindertagesstätte. Für jede dieser Einrichtungen sind auf die jeweiligen Nutzer und die Funktion abgestimmte Außenanlagen geplant und gebaut worden.

Entwicklung des Sinnesparks als erstes größeres Gartenprojekt

Als erstes großes Gartenprojekt wurde 1994 der Sinnespark Haus Kannen mit einer Größe von 1,4 ha eingeweiht. Auf dem jetzigen Gelände des Sinnesparks, hinter der Akutklinik gelegen, gab es vorher nur eine große Rasenfläche, die durch Betonwege erschlossen war. Die Rasenfläche war vom Klinikgebäude komplett einsehbar, und wurde nur aufgelockert durch vier Kunststoffbänke, eine ungenutzte Grillstelle und einer kleinen Wasserfläche, die mit Folie und Betonverbundstein abgedichtet und verkleidet war. Zu dieser Zeit sah man kaum Patienten auf dem Gelände und so gut wie nie jemanden, der sich auf der Freifläche aufhielt. Lediglich die Gärtner auf dem Aufsitzrasenmäher zogen



Abb. 1 Sinnespark, Spiegelskulptur

Die Bedeutung von Gartenanlagen an Einrichtungen des Gesundheitswesens

dort im Sommer ihre Kreise. Patienten hielten sich zumeist auf den Stationen auf und unternahmen aus eigenem Impuls selten Spaziergänge auf dem weitläufigem Klinikgelände. Auch Besucher sah man zu Beginn der 90er Jahre selten. Die psychisch kranken Patienten und die geistig behinderten Bewohner der Einrichtung waren räumlich und sozial isoliert. In einer psychiatrischen Klinik bekommt man eher selten Besuch, soziale Kontakte aus der Zeit vor der Erkrankung brechen nach und nach ab. So bleibt der Kontakt oft auf Mitpatienten, Ärzte und Therapeuten beschränkt, vom Rest der Menschheit bekommt man wenig mit.

Mit dem Sinnespark Haus Kannen wurde deshalb neben den Planungszielen: »Erweiterung des therapeutischen Angebotes« und »Wohnumfeldverbesserung« auch das Ziel »Öffnung der Psychiatrie« formuliert.

Seit der Einweihung 1994 kommen im Schnitt 20.000 Besucher jährlich in den Park. Er ist inzwischen bundesweit bekannt und ein beliebtes Ausflugsziel für Münsteraner Familien geworden. Jeder ist im Park willkommen und wer will, bekommt eine Führung. Dieses Angebot nehmen die unterschiedlichsten Gruppen wahr. Jedes Alter ist vertreten. Es kommen Kindergartengruppen und Klassen aller Schulformen zu Besuch in den Park. Es kommen Auszubildende von Kranken- und Altenpflegeschulen, Besucher aus unterschiedlichsten Einrichtungen, es kommen Therapeuten, Mediziner, Psychologen, Architekten, Gärtner, Kommuniongruppen, Konfirmandengruppen, Kirchengemeinden, Landfrauen, Alteinrichtungen und viele andere mehr.

Der Park bietet Allen die Möglichkeit der zwanglosen Begegnung. Es ist zu festzustellen, dass sich durch den Sinnespark die Angschwelle, eine psychiatrische Einrichtung zu besuchen, deutlich herabgesetzt hat. Auch bekommen die Patienten und Bewohner häufiger Besuch als früher.

Blickt man an einem schönen Sommertag aus einem der Patientenzimmer sieht man spielende Kinder, Familien beim Picknick und Spaziergänger. Begibt man sich in den Park, wird man ein Besucher unter vielen, kommt vielleicht in ein Gespräch, kann Tiere und Pflanzen beobachten, auf einer Bank ausruhen, ein Buch lesen, das ein oder andere Objekt ausprobieren oder sich einfach auf die Wiese legen und die Wolken beobachten. Im Laufe der Jahreszeit verändert ständig sein Erscheinungsbild, dies trägt zur jahreszeitlichen Orientierung bei. Der Park wird von Ärzten, Psychologen und Therapeuten als Ort für unterschiedliche Therapien genutzt. So wird z.B. mit Borderline-Patienten im Park ganz unterschiedlich gearbeitet. Hier wird an den natürlichen Bestandteilen des Parks, wie Bäumen, »wertfreies Beschreiben« trainiert. Übungen zur Körperwahrnehmung, Vertrauens- und Orientierungsübungen finden hier statt und auf einem großen Platz wird Boule gespielt. Ärzte und Psychologen führen im Park Einzelgespräche mit Patienten. Der Park befördert manche Therapien oder macht sie sogar erst möglich. Im Rahmen der Gartenpflege bietet der Park eine Vielzahl von unterschiedlichen Arbeitsangeboten und Tätigkeiten für die Arbeitsbelastungserprobungen der Patienten.

Insgesamt hat der Park ganz eindeutig auch zu Imageverbesserung der Einrichtung beigetragen.

Andere Gärten auf dem Gelände

Im Verlauf der letzten 25 Jahre entstanden auf dem Klinikgelände eine Vielzahl unterschiedlicher Gartenanlagen, die auf die unterschiedlichen krankheits- und/oder behinderungsbedingten Bedürfnisse der unterschiedlichen Nutzer abgestimmt sind. So ist für einige Patienten der Park nicht unbegleitet und selbstbestimmt erreichbar. Es sind z.B. Patienten mit Unterbringungsbeschluss, der aufgrund einer Selbst- oder Fremdgefährdung richterlich angeordnet wurde. Hier ist eine andere Art von Garten erforderlich. In einem geschlossenen Garten, der durch einen direkten Zugang vom Gebäude selbstbestimmt jederzeit zu betreten ist, soll auch hier den unterschiedlichen Bedürfnissen der Nutzer Rechnung getragen werden können. Hier allerdings auf einer begrenzten und sicher umgrenzten Gartenfläche. Auch hier ist der Garten Teil eines therapeutischen Gesamtkonzeptes. Dem Garten kommt hier eine außerordentlich hohe Funktion als Ausgleichs- und Rückzugsraum von dem häufig stressauslösenden Stationsalltag zu. Ähnlich verhält es sich mit den Stationsgärten für Menschen mit einer fortgeschrittenen demenziellen Erkrankung, hier sind neben der eingeschränkten räumlichen Orientierung und der gestörten räumlichen Wahrnehmung zusätzlich noch die altersbedingten Einschränkungen in der Mobilität bei der Planung zu berücksichtigen. Bei einem geschlossenen Gartenbereich für Patienten der Kinder- und Jugendpsychiatrie sind eine altersgerechte Ausstattungselemente und eigene Gestaltungsmöglichkeiten zu berücksichtigen.

Es gibt offene Wohngruppen auf dem Klinikgelände, hier haben die Bewohner einen gemeinsamen Garten, den sie ihren Wünschen und Bedürfnissen nach gestalten und nutzen können. Gemeinsame Pflege des Gartens und aktives Gärtnern trainieren das Sozialverhalten. Selbst gezogenen und geerntete Früchte, Kräuter und Gemüse schaffen Abwechslung zum Großküchenessen und steigern das Selbstbewusstsein und das Selbstwertgefühl. Durch unterschiedliche Formen der Gartenarbeit lassen sich lebenspraktische Tätigkeiten üben.

In diesem Jahr wird ein neues größeres Gartenprojekt auf dem Gelände eingeweiht. Im Garten der Stille, 5000 m² groß, sollen unterschiedliche Ziele verwirklicht werden:

- Natur- und Selbstwahrnehmung
- Natur- und Selbsterfahrung
- Einkehr und Rückzug
- Meditation und Spiritualität
- Therapie (Physiotherapie, Körperwahrnehmung)

Der Garten der Stille, soll, wie der Sinnespark auch für die interessierte Öffentlichkeit mitgenutzt werden können.



Abb. 2 Garten der Stille, Alexianer-Campus im Bau

Planungsempfehlungen für therapeutisch genutzte Gärten

Eines haben alle diese unterschiedlichen Gartenanlagen gemeinsam. Alle wirken in erster Linie wie ganz normale Gärten. Trotzdem tragen alle Gärten zur Erfüllung der jeweiligen therapeutischen Konzepte bei.

Um diesen vielfältigen Aufgaben von Gärten als Teil eines therapeutischen Gesamtkonzeptes gerecht werden zu können, ist meiner Meinung nach ein enger Austausch und Zusammenarbeit von Fachleuten aus der »weißen« und der »grünen« Branche notwendig. Das bedeutet :

- Zusammenarbeit von Freiraumplanern mit Ärzten und Therapeuten,
- Wissensaneignung und Kenntniserwerb des Planers über die jeweiligen Nutzer, auch in Form von persönlichem Kennenlernen im Rahmen der Grundlagenermittlung.

Literaturverzeichnis

MERKEN, AXEL HINRICH (1995) ; Vom Armenhospital zum Großklinikum, Die Geschichte des Krankenhauses im 18. Jahrhundert bis zur Gegenwart. Köln, S. 202

Die Bedeutung von Gartenanlagen an Einrichtungen des Gesundheitswesens

»Biographiepflanzen sind Pflanzen, an die sich Klienten besonders gut erinnern und zwar in einem positiven Sinn. Dies können Pflanzen sein, die für ganze Generationen bekannt sind, z. B. Dahlien (s. Abb.2) und oft auch Modetrends unterworfen sind. Manchmal sind es aber auch Pflanzen, zu denen eine Person in einem besonderen Verhältnis steht. Diese können Erinnerungen an Erlebnisse, Personen oder Düfte hervorrufen.«

Martina Föhn

Pflanzen in der Gartentherapie

Einleitung

In der Gartentherapie sind Pflanzen therapeutische Mittel, um bei diagnostizierten Klienten überprüfbare therapeutische Ziele zu erreichen. Welche Pflanzen sich dafür eignen, ist abhängig vom Krankheitsbild, vom therapeutischen Ziel und vor allem von der Biographie der KlientIn. Daneben gibt es viele weitere Faktoren zu beachten. Die neuesten Bestrebungen versuchen, die Gartentherapiepflanzen nach bestimmten Eigenschaften zu definieren und sie nach Funktionen und Zielen einzuordnen. Kataloge und Beschreibungen sollen zukünftig helfen, die Anwendung in der Gartentherapie zu erleichtern. Die Gartentherapie als interprofessionelles Fachgebiet erfordert die Zusammenarbeit mehrerer Berufe aus der Pflanzenverwendung sowie aus dem medizinisch-therapeutisch-pflegerischen Bereich. Die Problematik der Gartentherapiepflanzen und die aktuellen Entwicklungen zeigt der Vortrag »Pflanzen in der Gartentherapie« an Beispielen.

Definitionen in der Gartentherapie

Gartentherapie wird von Schneiter-Ulmann et al. (2010) wie folgt definiert:

»Gartentherapie wird von einer medizinisch-therapeutisch¹ sowie gärtnerisch qualifizierten Fachperson durchgeführt. Dabei dienen Pflanzen als therapeutische Mittel², um bei diagnostizierten Klienten überprüfbare therapeutische Ziele zu erreichen. Der Raum, in welchem Gartentherapie stattfindet, ist in der Regel ein Garten.«

Sempik et al. (2003) verwenden den Begriff des sozialen und therapeutischen Gärtnerns: »Social and therapeutic horticulture is the process by which the individuals may develop well-being using plants and horticulture. This is achieved by active and passive involvement.«

Karn und Schneiter-Ulmann (Schneiter-Ulmann et al., 2010) sprechen von einem Therapiegarten als »eine Anlage im Freien, die Raum und Ausstattung für Gartentherapien und andere Aktivitäten mit Pflanzen sowie Therapieformen ohne direkten Bezug zu Pflanzen bietet.«

Für Gartentherapiepflanzen gibt es bis jetzt noch keine Definition. Föhn bezeichnet sie als »therapeutische Mittel, um bei diagnostizierten Klienten überprüfbare gartentherapeutische Ziele zu erreichen.«

Einteilung der Gartentherapiepflanzen

Für Menschen mit Demenz wurde von Föhn und Dietrich (2013) eine Einteilung der Gartentherapiepflanzen vorgenommen (Abb. 1).

Gartentherapiepflanzen sollten in jedem Therapiegarten vorhanden sein. Darüber hinaus beinhaltet ein Therapiegarten aber auch Pflanzen, die keine therapeutischen Ziele verfolgen, sondern sonstige funktionelle oder ästhetische Kriterien erfüllen. Teilweise besitzen Pflanzen beide Funktionen gleichzeitig, also therapeutische Ziele und gestalterische Zwecke.

1 Ergo-, Physio-, AktivierungstherapeutInnen

2 Therapeutische Mittel in der Ergotherapie umfassen alles, was zum Einsatz kommt, um therapeutische Ziele zu erreichen.

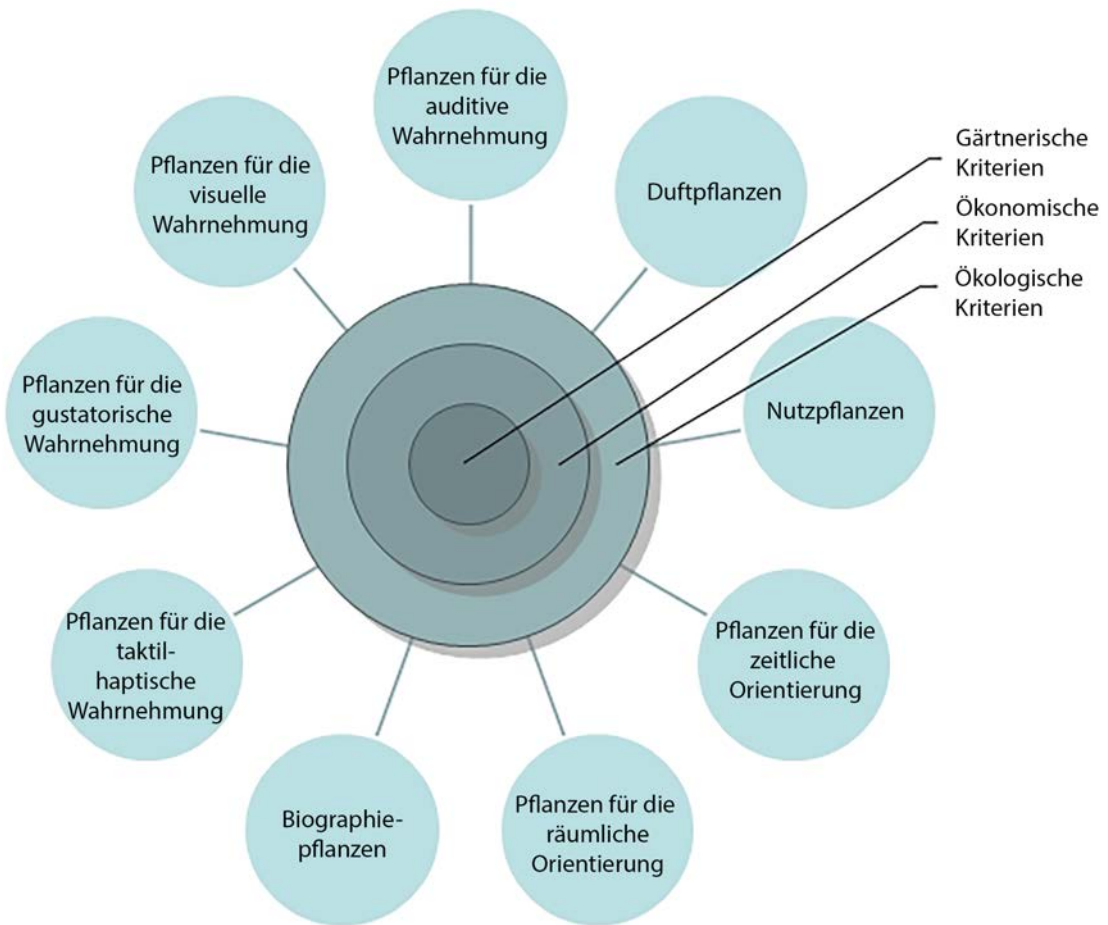


Abb. 1: Einteilung der Gartentherapiepflanzen für Menschen mit Demenz nach Föhn und Dietrich (2013)

Typen von Gartentherapiepflanzen

Schnittblumen sind bei vielen KlientInnen sehr beliebt. Es ist bei einigen Patientengruppen darauf zu achten, dass sie eine gewisse Robustheit, z. B. kräftige Stängel, besitzen. Beliebt und gut kombinierbar sind Schnittblumen mit einem angenehmen Duft.

Ein Beispiel für Nutzpflanzen sind auch verschiedene Salate. Sie können auch im Spätherbst und Frühling bereits geerntet werden, z. B. der Feld- oder Nüsslisalat. Salat gibt es in vielen verschiedenen Arten und Sorten, die sich in Farbe, Geschmack, Struktur etc. unterscheiden. Nicht jede Sorte ist für jeden Klienten geeignet. So schmecken einige Sorten bitter, was nicht jedermanns Sache ist.

Sehr gut geeignete Nutzpflanzen sind auch die Beeren. Beobachtet werden konnte in einer Gartentherapiestunde, dass eine Frau mit Demenz gelbe Himbeeren nicht essen wollte bzw. sie als zu sauer und unreif empfunden hat. Für diese Altersgruppe sollten Nahrungspflanzen nur in ihrer Originalfarbe verwendet werden.

Sinnespflanzen sind nach Schneider-Ulmann et al. (2010) »Pflanzenarten, die bei Menschen ohne Wahrnehmungsbeeinträchtigungen das Auge und mindestens ein weiteres Sinnesorgan mit charakteristischen, gut wahrnehmbaren Reizeinwirkungen versorgen. Diese Erregungen bewirken entsprechende Verarbeitungsprozesse im Gehirn. Häu-

Martina Föhn

fig werden von Sinnespflanzen neben dem Sehen auch der Geruchssinn und/oder der Tastsinn erregt.« In den meisten Therapiegärten kommt Lavendel vor. Er ist bekannt als Duftpflanze. Doch ist ihr Duft auch wirklich bei allen Menschen beliebt? Bei Duftpflanzen sind die autobiographischen Vorlieben und Abneigungen unbedingt zu berücksichtigen. Eine unbedachte Verwendung von Pflanzen kann negative Auswirkungen haben und das gartentherapeutische Ziel verfehlen.

Biographiepflanzen sind Pflanzen, an die sich Klienten besonders gut erinnern und zwar in einem positiven Sinn. Dies können Pflanzen sein, die für ganze Generationen bekannt sind, z. B. Dahlien (s. Abb.2) und oft auch Modetrends unterworfen sind. Manchmal sind es aber auch Pflanzen, zu denen eine Person in einem besonderen Verhältnis steht. Diese können Erinnerungen an Erlebnisse, Personen oder Düfte hervorrufen.

Biographiepflanzen können auch regionalen Charakter besitzen, wie z. B. die bekannte Engadiner Hängnelke. Solche Pflanzen sind in Alters- und Pflegezentren sehr gut für kognitive Ziele einzusetzen.

Giftpflanzen sollten in keinem Therapiegarten stehen, insbesondere nicht bei älteren Menschen mit Demenz und bei Kindern. Immer wieder passiert es jedoch, dass Giftpflanzen verwendet werden. Nun gibt es stark giftige Pflanzen und schwach giftige Pflanzen, die erst in größeren Mengen ihre Wirkung zeigen. Die Entscheidung, welche Giftigkeitsstufe



Abb. 3: Dahlien sind Biographiepflanzen

Pflanzen in der Gartentherapie

im Therapiegarten zugelassen ist, sollte mit dem Auftraggeber vor der Planung besprochen werden.

Problematik

Eine eindeutige Kategorisierung einer Pflanze als Gartentherapiepflanze ist sehr schwierig. Sehr viele Kriterien spielen hierin eine Rolle und nicht zuletzt entscheidet der Mensch darüber, ob eine Pflanze für ihn therapeutisch wirksam ist.

Schneiter-Ulmann, R.; Beck, T.; Föhn, M.; Georg, J.; Höchli, K.; Hoffmann, R.; Karn, S.; Vef-Georg, G.; Verra, M. (2010): Lehrbuch Gartentherapie. Huber Verlag Bern

Sempik, J.; Aldridge, J.; Becker, S. (2003): Social and therapeutic horticulture: Evidence and messages from research. Thrive and CCFR. Media Services Loughborough University, Loughborough

Föhn, M.; Dietrich, C.; Beck, T.; Eberhart, S.; Karn, S.; Leu, C.; Schneiter-Ulmann, R. (2013): Garten und Demenz. Huber Verlag Bern

